# ಆಶಾ ದಿನಚರಿ




ಫೆಬ್ರವರಿ 2018 - ಮಾರ್ಚ್ 2019



# ಆಶಾ ಏರಿಯಾ ನಕ್ಷೆ

ಉತ್ತರ



ದಕ್ಷಿಣ

ಆಶಾ ಏರಿಯಾ ವ್ಯಾಪ್ತಿಯ ಜನಸಂಖ್ಯೆ, ..........................................

ಆಶಾ ಏರಿಯಾ ವ್ಯಾಪ್ತಿಯ ಮನೆಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ..................................



**ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬ ಕಲ್ಯಾಣ ಇಲಾಖೆ**
**ಹಾಗೂ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಶಿಕ್ಷಣ ಇಲಾಖೆ**



**ಒಂದೇ ಯೋಜನೆ... ರಾಜ್ಯದ ಎಲ್ಲಾ ಜನರ ಆರೋಗ್ಯ ರಕ್ಷಣೆ**

**ದೇಶದಲ್ಲಿಯೇ ಪ್ರಪ್ರಥಮ ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆ**

# 'ಆರೋಗ್ಯ ಕರ್ನಾಟಕ'

**ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆ ಒದಗಿಸುವ**
**ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರದ ಕ್ರಾಂತಿಕಾರಿ ಯೋಜನೆ**

## ನೋಂದಣಿ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ

- ಆಧಾರ್ ಕಾರ್ಡ್ (ಕಡ್ಡಾಯ) ಮತ್ತು ಪಡಿತರ ಚೀಟಿ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ನೊಂದಾವಣಿ ಮಾಡಿ ಫಲಾನುಭವಿಗೆ ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವಾ ಕಾರ್ಡನ್ನು ನೀಡಲಾಗುವುದು.
- ನೋಂದಣಿ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ಸುಲಭ - ಸರಳ - ನಿರಂತರ
- ಫಲಾನುಭವಿಗಳು ಒಂದು ವೇಳೆ ಅನಾರೋಗ್ಯ ಉಂಟಾದಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಅಗತ್ಯವಿದ್ದಾಗ ಹತ್ತಿರದ ಸರ್ಕಾರಿ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಭೇಟಿ ನೀಡಿ ನೋಂದಣಿ ಮಾಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.
- ನೋಂದಣಿ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ಕೆಲವೇ ನಿಮಿಷಗಳಲ್ಲಿ ಪೂರ್ಣ



**ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಾಹಿತಿಗಾಗಿ**
**ಸಮೀಪದ ಸರ್ಕಾರಿ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರಗಳಿಗೆ ಭೇಟಿ ನೀಡಿ**
**ಹಾಗೂ 24x7 ಉಚಿತ ಆರೋಗ್ಯ ಸಹಾಯವಾಣಿ 104ಕ್ಕೆ ಕರೆ ಮಾಡಿ ಅಥವಾ**
**ವೆಬ್‌ಸೈಟ್ www.karhfw.gov.in ಗೆ ಭೇಟಿ ನೀಡಿ**

**ನವ ಕರ್ನಾಟಕ**
ನಿರ್ಮಾಣಕ್ಕೆ
ಸದಾ ಸಿದ್ಧ ಸರ್ಕಾರ



ಎಲ್ಲಾ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮತ್ತು ಸಾಮೂಹಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಉನ್ನತಿ ಸಾಧಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ
ದೇಶದ ಪ್ರಗತಿಗಾಗಿ ಶ್ರಮಿಸುವುದು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಭಾರತೀಯನ ಸಂವಿಧಾನಬದ್ಧ ಮೂಲಭೂತ ಕರ್ತವ್ಯ




ಕೆ.ಆರ್.ರಮೇಶ್ ಕುಮಾರ್
ಸಚಿವರು, ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬ ಕಲ್ಯಾಣ ಇಲಾಖೆ
ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರ

ಮೊದಲನೇ ಮಹಡಿ
ವಿಕಾಸ ಸೌಧ, ಡಾ॥ ಅಂಬೇಡ್ಕರ್ ವೀದಿ
ಬೆಂಗಳೂರು-01

# ಸಂದೇಶ

ಆಶಾ ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆಯು ಸಮಾಜ ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ನಡುವೆ ಕೊಂಡಿಯಾಗಿ ಆರೋಗ್ಯ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಉತ್ತಮೀಕರಣಕ್ಕೆ ಗಣನೀಯ ಕೊಡುಗೆಯನ್ನು ನೀಡಿದ್ದಾಳೆ. ನಮ್ಮ ರಾಜ್ಯವು ಆರೋಗ್ಯ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ಗಣನೀಯ ಸಾಧನೆ ಮಾಡಿದೆ. ಈ ಸಾಧನೆಯ ಫಲಿತಾಂಶಗಳ ಸ್ಥಿರತೆಯನ್ನು ಕಾಯ್ದುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗಿದೆ. ಈ ಪ್ರಯತ್ನದಲ್ಲಿ ಸಮುದಾಯ ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಜವಾಬ್ದಾರಿ ಪ್ರಮುಖವಾದುದು. ಈ ನಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಸಮುದಾಯದ ಜೊತೆ ಅವಿನಾಭಾವ ಸಂಬಂಧ ಹೊಂದಿರುವ ಆಶಾ ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆಯರು ಜವಾಬ್ದಾರಿಯಿಂದ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸಬೇಕಿದೆ, ಇತ್ತೀಚಿನ ಅಂಕಿ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸಿದಾಗ ತಾಯಂದಿರು ಮತ್ತು ಶಿಶು ಮರಣಗಳು ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತಿರುವುದು ಆತಂಕಕಾರಿ ಸಂಗತಿ. ಈ ಸಾವುಗಳು ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದಾದ ಸಾವುಗಳಾಗಿದ್ದು, ತ್ವರಿತ ಮಧ್ಯಪ್ರವೇಶಿಸುವಿಕೆ ಅಗತ್ಯವಾಗಿದೆ. ಸಮುದಾಯಕ್ಕೆ ಹತ್ತಿರವಾಗಿರುವ ಆಶಾ ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆಯರು ಎಚ್ಚರಿಕೆ ವಹಿಸುವುದು ಅತ್ಯಗತ್ಯವಾಗಿದೆ. ಚುಚ್ಚುಮದ್ದು ಸೇವೆಗಳನ್ನು ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಮಗುವಿಗೆ ಪೂರೈಸುವುದು ನಿಮ್ಮ ಆದ್ಯ ಕರ್ತವ್ಯವಾಗಬೇಕಾಗಿದೆ. ನಿಮ್ಮ ಅರ್ಹನಿಶಿ ಸೇವೆಯನ್ನು ಗುರುತಿಸಿರುವ ನಮ್ಮ ಸರ್ಕಾರ ದೇಶದಲ್ಲೇ ವಿಶಿಷ್ಟವಾಗಿ ರೂ.3500/- ಮಾಸಿಕ ನಿಶ್ಚಿತ ಗೌರವಧನವನ್ನು ನೀಡುವ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಕಳೆದ ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 1, 2017 ರಿಂದ ಜಾರಿ ಮಾಡಿದೆ. ಆಶಾ ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆಯರ ಕೌಶಲ್ಯಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವ ನಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಹಲವು ವಿಷಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ  ವಿವಿಧ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮತ್ತು  ಪರಿಕರಗಳನ್ನು ಕಾಲಕ್ಕನುಗುಣವಾಗಿ ವಿನ್ಯಾಸಗೊಳಿಸಿ ಜಾರಿಗೊಳಿಸಲಾಗುತ್ತಿದೆ.  ಈ ಪರಿಕರಗಳಲ್ಲಿ ಆಶಾ ದಿನಚರಿಯು ಒಂದು, ಇದು ಆಶಾ ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆಯರ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಸುಗಮಗೊಳಿಸುವ ಸಮಗ್ರ ದಾಖಲೆ, ಇದನ್ನು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ಬಳಸಿ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆಗಳನ್ನು ನೀಡುವಲ್ಲಿ ತಾವೆಲ್ಲರೂ ಕಾರ್ಯಪ್ರವೃತ್ತರಾಗಬೇಕೆಂದು ಆಶಿಸುತ್ತೇನೆ. ಹಾಗೂ ಆರೋಗ್ಯ ವಂತ ನವಕರ್ನಾಟಕ ನಿರ್ಮಾಣದತ್ತ ಮುನ್ನಡೆಯೋಣ.

ಶುಭಾಶಯಗಳೊಂದಿಗೆ

(ಕೆ.ಆರ್.ರಮೇಶ್ ಕುಮಾರ್)






ಮೂರನೇ ಮಹಡಿ, ಐ.ಪಿ.ಪಿ ಕಟ್ಟಡ
ಆನಂದರಾವ್ ವೃತ್ತ
ಬೆಂಗಳೂರು – 560 009
ದೂರವಾಣಿ: 080– 22372444
ಮೊಬೈಲ್: 9242211591

**ಡಾ॥ ಉಮೇಶ್ ಜಿ ಜಾದವ್**
ಮಾನ್ಯ ಸಂಸದೀಯ ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿಗಳು
ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬ ಕಲ್ಯಾಣ ಇಲಾಖೆ
ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರ, ಬೆಂಗಳೂರು.

# ಸಂದೇಶ

ಜನ ಸಾಮಾನ್ಯರಿಗೆ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆಗಳನ್ನು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ಮುಟ್ಟಿಸುವ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಆರೋಗ್ಯ ಅಭಿಯಾನದಡಿ ಆಶಾ ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆಯರನ್ನು ಗುರುತಿಸಲಾಗಿದೆ. ಇವರು ನಮ್ಮ ಸಮುದಾಯ ಆರೋಗ್ಯ ಕ್ಷೇತ್ರದ ಸುಧಾರಣೆಯಲ್ಲಿ ಗಣನೀಯ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸುತ್ತಿದ್ದು, ಇವಳ ಕಾರ್ಯ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ನಿರ್ವಹಣೆಗೆ ಆಶಾ ದಿನಚರಿ ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ರೂಪಿಸಲಾಗಿದೆ. ಈ ದಿನಚರಿ ಪುಸ್ತಕವು ಸಮುದಾಯದ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆಗಳ ಬೇಡಿಕೆ ಮತ್ತು ಪೂರೈಕೆಗೆ ಸಹಕಾರಿಯಾಗುವ ಸಮುದಾಯ ಬೇಡಿಕೆ ಪಟ್ಟಿ ಹಾಗು ತಾಯಿ ಮತ್ತು ನವಜಾತ ಶಿಶುವಿನ ಆರೋಗ್ಯದ ಉತ್ತಮೀಕರಣಕ್ಕೆ ಪೂರಕವಾದ ಸಚಿತ್ರ ಸಂವಹನ ಸಾಮಗ್ರಿಯನ್ನು ಹೊಂದ್ದಿದ್ದು, ಆಶಾ ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆಯರ ಸುಲಲಿತ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಣೆಗೆ ಸಹಕಾರಿಯಾಗಿದೆ. ಈ ಪುಸ್ತಕವು ಸಮುದಾಯ ಆರೋಗ್ಯದ ಉತ್ತಮೀಕರಣದ ಪರಿಕರವಾಗಲೆಂದು ಆಶಿಸುತ್ತೇನೆ.

ಶುಭಾಶಯಗಳೊಂದಿಗೆ

(ಡಾ॥ ಉಮೇಶ್ ಜಿ ಜಾದವ್)






ದೂರವಾಣಿ: 080-22354085
080-22874039
080-22373587
ಫ್ಯಾಕ್ಸ್ : 080-22340164
ಇಮೇಲ್: comhfw@gmail.com
mdnrhmkar@gmail.com
ಆಯುಕ್ತಾಲಯ, ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬ ಕಲ್ಯಾಣ
ಹಾಗೂ ಆಯುಷ್ ಸೇವೆಗಳು

**ಡಾ॥ ರತನ್ ಯು.ಕೇಲ್ಕರ್**
ಆಯುಕ್ತರು, ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬ ಕಲ್ಯಾಣ
ಹಾಗೂ ಆಯುಷ್ ಸೇವೆಗಳು ಮತ್ತು ಅಭಿಯಾನ ನಿರ್ದೇಶಕರು,
ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಆರೋಗ್ಯ ಅಭಿಯಾನ.
ಬೆಂಗಳೂರು.

# ಮೊದಲ ಮಾತು

ನಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಹಾಗೂ ಸಮುದಾಯದ ನಡುವೆ ರಾಯಭಾರಿಗಳಾಗಿರುವ ಆಶಾ ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆಯರು ನಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಸುಧಾರಣೆಯಲ್ಲಿ ಬಹಳಷ್ಟು ಶ್ರಮಿಸಿದ್ದಾರೆ, ಆಶಾ ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆಯು ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲ, ಇದು ಸಮಾಜದ ಎಲ್ಲಾ ವರ್ಗಗಳ ಆರೋಗ್ಯದ ಆಶೋತ್ತರಗಳನ್ನು ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಗಮನ ಸೆಳೆಯುವ ಒಂದು ಸಾಂಸ್ಥಿಕ ಚೌಕಟ್ಟು. ಆರೋಗ್ಯ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗೆ ಹೊಸ ಸ್ವರೂಪದ ಆರೋಗ್ಯ ಸವಾಲುಗಳು ಎದುರಾಗುತ್ತಿವೆ. ಈ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಲು ತಳ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಆರೋಗ್ಯ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಸೇನಾನಿಗಳಾಗಿರುವ ಆಶಾ ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆಯರ ಪಾತ್ರ ಅತ್ಯಮೂಲ್ಯವಾದುದು. ವಿಶ್ವ ಸಮುದಾಯವು ಸುಸ್ಥಿರ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಮಾನದಂಡಗಳನ್ನು ಅಂಗೀಕರಿಸಿದ್ದು, ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ತಾಯಿ ಮತ್ತು ಶಿಶುಮರಣದಂತಹ ಅಂಶಗಳು ಸೇರಿವೆ. ಈ ಸಾವುಗಳು ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದಾದ ಸಾವುಗಳಾಗಿದ್ದು, ಈ ಸಾವುಗಳನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಲು ಆಶಾ ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆಯರು ಆದ್ಯತೆಯ ಮೇಲೆ ಎಲ್ಲಾ ಭಾಗೀದಾರರ ಜೊತೆ ನಿರಂತರ ಸಂಪರ್ಕವಿನ್ನಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ಕಾರ್ಯಪ್ರವೃತ್ತರಾಗಬೇಕಿದೆ. ನೀವು ಕೆಲಸ ಮಾಡುವಾಗ ಕೆಲಸದ ಸ್ವರೂಪವನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು, ಇದನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಲು ಬೇಕಾದ ಪೂರ್ವಸಿದ್ದತೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಹಾಗೂ ಅಗತ್ಯವಾದ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನವನ್ನು ಪಡೆಯಬೇಕು, ಆಶಾ ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆಯರ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಣೆಗೆ ಕಾಲಕ್ಕನುಗುಣವಾಗಿ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಾಭಿವೃದ್ಧಿ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು ಮತ್ತು ಪರಿಕರಗಳನ್ನು ರೂಪಿಸಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ಈ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ರೂಪುಗೊಂಡ ಪರಿಕರವೇ ಆಶಾ ದಿನಚರಿ. ಈ ದಿನಚರಿ ಮುಖೇನ ತಮ್ಮ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಸುಲಲಿತವಾಗಿ ನಿರ್ವಹಣೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡು, ದಿನಚರಿಯಲ್ಲಿರುವ ಸಂವಹನ ಸಾಮಗ್ರಿಗಳನ್ನು ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆ ಮತ್ತು ಜಾಗರೂಕರಣ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಿಗೆ ಬಳಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ ಆರೋಗ್ಯ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಸುಸ್ಥಿರ ಉತ್ತಮೀಕರಣದತ್ತಾ ಮುನ್ನಡೆಯಬೇಕೆಂದು ಆಶಿಸುತ್ತೇನೆ.

**ಶುಭಾಷಯಗಳೊಂದಿಗೆ**

(ಡಾ॥ ರತನ್ ಯು.ಕೇಲ್ಕರ್)




ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರ
ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಆರೋಗ್ಯ ಅಭಿಯಾನ,
ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬ ಕಲ್ಯಾಣ ಸೇವೆಗಳ
ನಿರ್ದೇಶನಾಲಯ
ಆನಂದರಾವ್ ವೃತ್ತ, ಬೆಂಗಳೂರು-560009




# ಮೊದಲ ಮಾತು

ನಾಗರೀಕ ಸಮಾಜಕ್ಕೆ ಮೂಲಭೂತ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸುವ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಅಗತ್ಯವಿರುವ ರಚನಾತ್ಮಕ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ಜಾರಿಗೊಳಿಸುವ ಉದ್ದೇಶದಿಂದ 'ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಆರೋಗ್ಯ ಅಭಿಯಾನ' ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಿದೆ. ರಾಜ್ಯದಲ್ಲಿ ತಾಯಿ ಮತ್ತು ಮಗುವಿನ ಆರೋಗ್ಯ ಸುಧಾರಣೆ ಮಾಡುವುದು ಇದರ ಪ್ರಮುಖ ಗುರಿಗಳಲ್ಲೊಂದಾಗಿದೆ. ಈ ಗುರಿಯನ್ನು ಈಡೇರಿಸುವ ನಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಸರಕಾರ ಈಗಾಗಲೇ ಅನೇಕ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಜಾರಿಗೆ ತಂದಿದ್ದು ಸಮುದಾಯದಲ್ಲಿ ಮುಂಚೂಣಿ ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆಯರಾರ ಆಶಾ, ಕಿರಿಯ ಮಹಿಳಾ ಆರೋಗ್ಯ ಸಹಾಯಕಿ ಹಾಗೂ ಅಂಗನವಾಡಿ ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆಯರ ಮೂಲಕ ಪ್ರತೀ ಮನೆ ಮನೆಗೂ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆಗಳು ಸಿಗುವಂತೆ ಮಾಡುವಲ್ಲಿ ಕಾರ್ಯತಂತ್ರ ರೂಪಿಸಿದೆ. ಆಶಾ ಸಮುದಾಯ ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಪ್ರಮುಖ ಕೊಂಡಿಯಾಗಿದ್ದು ತನ್ನ ವ್ಯಾಪ್ತಿಯಲ್ಲಿ ನೀಡಬೇಕಾದ ಸೇವೆಗಳನ್ನು ಇನ್ನಷ್ಟು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ಒದಗಿಸುವುದು ಇದರ ಪ್ರಮುಖ ಉದ್ದೇಶಗಳಲ್ಲೊಂದು. ಈ ಉದ್ದೇಶಕ್ಕೆ ಪೂರಕವಾದ ಎಲ್ಲಾ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಒಂದೆಡೆ ಕ್ರೋಡೀಕರಿಸಿ ಆಶಾ ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆಯರಿಗೆ ಸಹಕಾರಿಯಾಗಲು ದಿನಚರಿ ಪುಸ್ತಕ ರೂಪದಲ್ಲಿ ವಿನ್ಯಾಸಗೊಳಿಸಲಾಗಿದೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ದಿನಚರಿ, ಸಮುದಾಯ ಬೇಡಿಕೆ ಪಟ್ಟಿ (ಸಿ.ಡಿ.ಎಲ್), ಎ.ಎನ್.ಸಿ ಪಿ.ಎನ್.ಸಿ ಭೇಟಿಗಳ ಸಚಿತ್ರ ಸಂವಹನ ವಿವರಗಳು, ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ದಾಖಲಿಸಲು ವಿವಿಧ ನಮೂನೆಗಳು ಹಾಗೂ ಪ್ರೋತ್ಸಾಹ ಧನದ ಸಮಗ್ರ ವಿವರಗಳಿವೆ. ಈ ದಿನಚರಿ ಪುಸ್ತಕವು ಮುಂಚೂಣಿ ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆಯರಿಗೆ ತಾವು ನೀಡುವ ಸೇವೆಗಳು ಇನ್ನಷ್ಟು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ನೀಡುವಲ್ಲಿ ಸಹಕಾರಿಯಾಗಲಿ ಎಂಬುದು ನಮ್ಮೆಲ್ಲರ ಆಶಯ.

(ಡಾ॥ ಪುಷ್ಪರಾಜ್.ಎಸ್)
ಯೋಜನಾ ನಿರ್ದೇಶಕರು (ಆರ್.ಸಿ.ಹೆಚ್)

(ಡಾ॥ ನಟರಾಜ್.ಪಿ.ಎಲ್)
ನಿರ್ದೇಶಕರು

# ಜನನಿ ಶಿಶು ಸುರಕ್ಷಾ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ

**ಈ ಉಚಿತ ಸೌಲಭ್ಯಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಪತ್ತಿರದ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರ /ಸರ್ಕಾರಿ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ**

ಶಿಶು ಜನಿಸಿದ ಒಂದು ವರ್ಷದವರೆಗೆ
ಉಚಿತ ತಪಾಣೆ ಹಾಗೂ ಚಿಕಿತ್ಸೆ

ಗರ್ಭಿಣಿಯರಿಗೆ ಮನೆಯಿಂದ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ
ಹೋಗಲು ಮತ್ತು ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಿಂದ
ಹಿಂದಿರುಗಲು ಉಚಿತ ವಾಹನ ಸೌಲಭ್ಯ

ಔಷಧಿಗಳು
ಉಚಿತ

ಉಚಿತ ತಪಾಸಣೆ
(ರಕ್ತ, ಮೂತ್ರ ಪರೀಕ್ಷೆ ಮತ್ತು
ಅಲ್ಟ್ರಾ ಸೋನೋಗ್ರಾಫಿ ಇತ್ಯಾದಿ)

ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿರುವ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ
ಉಚಿತ ಊಟದ ವ್ಯವಸ್ಥೆ

ಸಾಮಾನ್ಯ
ಹೆರಿಗೆ ಸೇವೆ ಉಚಿತ

ಉಚಿತ
ರಕ್ತ ಸೌಲಭ್ಯ

ಸಿಸೇರಿಯನ್ ಶಸ್ತ್ರ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಸೇವೆ ಉಚಿತ

**ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯಾದ ಯೂಸರ್ಸ್ ಚಾರ್ಜ್ ನೀಡುವಂತಿಲ್ಲ**

ಪ್ರಕಟಣೆ :- ಅಭಿಯಾನ ನಿರ್ದೇಶಕರು (ಎನ್.ಆರ್.ಹೆಚ್.ಎಂ), ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬ ಕಲ್ಯಾಣ ಸೇವೆಗಳ ನಿರ್ದೇಶನಾಲಯ, ಬೆಂಗಳೂರು-560 009

# ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮಾಹಿತಿ

ಹೆಸರು : ........................................ ಆಧಾರ್ ಸಂಖ್ಯೆ: ........................................

ವಿಳಾಸ : ........................................

........................................

ದೂರವಾಣಿ ಸಂಖ್ಯೆ : ........................................

ರಕ್ತದ ಗುಂಪು: ........................................

ಬ್ಯಾಂಕ್ ಖಾತೆ ಸಂಖ್ಯೆ ........................................ ಬ್ಯಾಂಕ್ ಹೆಸರು ........................................

ಜಿಲ್ಲಾ ಆಶಾ ಮೆಂಟರ್ ಹೆಸರು ........................................ ದೂರವಾಣಿ ಸಂಖ್ಯೆ : ........................................

ತಾ|| ಆಶಾ ಮೆಂಟರ್ ಹೆಸರು ........................................ ದೂರವಾಣಿ ಸಂಖ್ಯೆ :. ........................................

ಆಶಾ ಸುಗಮಕಾರರ ಹೆಸರು ........................................ ದೂರವಾಣಿ ಸಂಖ್ಯೆ : ........................................

ಹತ್ತಿರದ ಎಫ್‌ಆರ್‌ಯು ........................ ವಿಎಚ್‌ಎಸ್‌ಎನ್‌ಸಿ ಬ್ಯಾಂಕ್ ಖಾತೆ ಸಂಖ್ಯೆ . ........................................

ಹತ್ತಿರದ ರಕ್ತ ಸಂಗ್ರಹ ಘಟಕ ........................................ ಹತ್ತಿರದ ಬ್ಲಡ್ ಬ್ಯಾಂಕ್: . ........................................

## ನಿಮ್ಮ ಊರಿನ ವ್ಯಾಪ್ತಿಯಲ್ಲಿರುವ ಅಂಗನವಾಡಿ ಮತ್ತು ಇತರೆ ಆಶಾ ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆಯರ ವಿವರ

| ಅಂಗನವಾಡಿ ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆಯರು | | ಆಶಾ ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆಯರು | |
|---|---|---|---|
| ಹೆಸರು | ದೂರವಾಣಿ ಸಂಖ್ಯೆ | ಹೆಸರು | ದೂರವಾಣಿ ಸಂಖ್ಯೆ |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

ಕೋರಿಕೆ: ಇದು ತಾಯಿ ಮಗುವಿನ ಆರೋಗ್ಯದ ಕ್ಷೇತ್ರಕಾರ್ಯದ ಮಾಹಿತಿಗಳನ್ನೊಳಗೊಂಡ ದಿನಚರಿ. ಇದು ಅಕಸ್ಮಾತ್ ನಿಮ್ಮ ಕೈ ಸೇರಿದರೆ ನಿರ್ಲಕ್ಷಿಸದೆ ಈ ಮೇಲಿನ ವಿಳಾಸಕ್ಕೆ ದಯವಿಟ್ಟು ತಲುಪಿಸಿ.

## ವಿಎಚ್‌ಎಸ್‌ಎನ್‌ಸಿ ಸದಸ್ಯರ ವಿವರ

| ಹೆಸರು | ದೂರವಾಣಿ ಸಂಖ್ಯೆ | ಹೆಸರು | ದೂರವಾಣಿ ಸಂಖ್ಯೆ |
|---|---|---|---|
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

## ಗ್ರಾಮ ಪಂಚಾಯತ್ ಚುನಾಯಿತ ಪ್ರತಿನಿಧಿಗಳು ಮತ್ತು ಅಧಿಕಾರಿಗಳ ವಿವರ

| ವಿವರ | ಹೆಸರು | ದೂರವಾಣಿ ಸಂಖ್ಯೆ |
|---|---|---|
| ಗ್ರಾ. ಪಂ ಅಧ್ಯಕ್ಷರು | | |
| ಗ್ರಾ. ಪಂ ಉಪಾಧ್ಯಕ್ಷರು | | |
| ವಿ ಎಚ್ ಎಸ್ ಎನ್ ಸಿ ಅಧ್ಯಕ್ಷರು | | |
| ಗ್ರಾ. ಪಂ. ಪಂಚಾಯತ್ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಅಧಿಕಾರಿಗಳು | | |
| ಗ್ರಾ.ಪಂ. ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿ | | |

## ಉಪಕೇಂದ್ರ

| ಹುದ್ದೆಯ ಹೆಸರು | ಹೆಸರು | ದೂರವಾಣಿ ಸಂಖ್ಯೆ |
|---|---|---|
| ಕಿರಿಯ ಮಹಿಳಾ ಆರೋಗ್ಯ ಸಹಾಯಕಿ | | |
| ಕಿರಿಯ ಪುರುಷ ಆರೋಗ್ಯ ಸಹಾಯಕ | | |

## ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರ

| ಹುದ್ದೆಯ ಹೆಸರು | ಹೆಸರು | ದೂರವಾಣಿ ಸಂಖ್ಯೆ |
|---|---|---|
| ಆಡಳಿತ ವೈದ್ಯಾಧಿಕಾರಿಗಳು | | |
| ಆಯುಶ್ ವೈದ್ಯಾಧಿಕಾರಿಗಳು | | |
| ಪಿ.ಹೆಚ್.ಸಿ ಯ ಇತರ ಹಿರಿಯ ಅಧಿಕಾರಿಗಳು | | |
| ಸ್ಟಾಫ್ ನರ್ಸ್ | | |
| ಸ್ಟಾಫ್ ನರ್ಸ್ | | |
| ಸ್ಟಾಫ್ ನರ್ಸ್ | | |

## ಜಿಲ್ಲಾ ಮತ್ತು ತಾಲ್ಲೂಕು ಮಟ್ಟದ ಪ್ರಮುಖ ದೂರವಾಣಿ ಸಂಖ್ಯೆಗಳು

| ವಿವರ | ಹೆಸರು | ಕಛೇರಿ ನಂ. | ವೈಯಕ್ತಿಕ ನಂ. |
|---|---|---|---|
| ಜಿಲ್ಲಾ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬ ಕಲ್ಯಾಣ ಅಧಿಕಾರಿಗಳು | | | |
| ಜಿಲ್ಲಾ ಶಸ್ತ್ರ ಚಿಕಿತ್ಸಕರು | | | |
| ಜಿಲ್ಲಾ ಆರ್‌ಸಿಹೆಚ್ ಅಧಿಕಾರಿಗಳು | | | |
| ತಾಲ್ಲೂಕು ಆರೋಗ್ಯಾಧಿಕಾರಿಗಳು | | | |
| ಆಡಳಿತ ವೈದ್ಯಾಧಿಕಾರಿಗಳು, ತಾಲ್ಲೂಕು ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಆಸ್ಪತ್ರೆ | | | |

# ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬ ಕಲ್ಯಾಣ ಇಲಾಖೆಯ ಪ್ರಮುಖ ದೂರವಾಣಿ ಸಂಖ್ಯೆಗಳು

| ಕ್ರಮ ಸಂಖ್ಯೆ | ಹೆಸರು ಮತ್ತು ಪದನಾಮ | ದೂರವಾಣಿ | |
|---|---|---|---|
| | | ಸ್ಥಿರ ದೂರವಾಣಿ | ಮೊಬೈಲ್ ದೂರವಾಣಿ |
| 1 | ಶ್ರೀ. ರಮೇಶ್ ಕುಮಾರ್ ಕೆ.ಆರ್., ಮಾನ್ಯ ಸಚಿವರು, ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬ ಕಲ್ಯಾಣ ಇಲಾಖೆ, ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರ, ಬೆಂಗಳೂರು | 080–22259183 | |
| 2 | ಡಾ॥ ಉಮೇಶ್ ಜಿ ಜಾದವ್, ಮಾನ್ಯ ಸಂಸದೀಯ ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿಗಳು ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬ ಕಲ್ಯಾಣ ಇಲಾಖೆ, ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರ, ಬೆಂಗಳೂರು | 080–22372444 | |
| 3 | ಶ್ರೀ. ಅಜಯ್ ಸೇಠ್, ಭಾ.ಆ.ಸೇ., ಅಪರ ಮುಖ್ಯಕಾರ್ಯದರ್ಶಿಗಳು, ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬ ಕಲ್ಯಾಣ ಇಲಾಖೆ, ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರ, ಬೆಂಗಳೂರು | 080–22255324<br>080–22034234 | |
| 4 | ಡಾ॥ ರತನ್ ಕೇಲ್ಕರ್, ಭಾ.ಆ.ಸೇ., ಆಯುಕ್ತರು, ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬ ಕಲ್ಯಾಣ ಹಾಗೂ ಆಯುಷ್ ಸೇವೆಗಳು, ಮತ್ತು ಅಭಿಯಾನ ನಿರ್ದೇಶಕರು, ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಆರೋಗ್ಯ ಅಭಿಯಾನ, ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬ ಕಲ್ಯಾಣ ಇಲಾಖೆ, ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರ, ಬೆಂಗಳೂರು | 080–22354085<br>080–22874039<br>080–22373587 | |
| 5 | ಡಾ॥ ನಟರಾಜ್ ಪಿ.ಎಲ್. ನಿರ್ದೇಶಕರು, ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬ ಕಲ್ಯಾಣ ಸೇವೆಗಳ ನಿರ್ದೇಶನಾಲಯ, ಬೆಂಗಳೂರು | 080–22870943 | 9449843004 |
| 6 | ಡಾ॥ ಪುಷ್ಪರಾಜ್, ಯೋಜನಾ ನಿರ್ದೇಶಕರು(ಆರ್.ಸಿ.ಹೆಚ್),ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬ ಕಲ್ಯಾಣ ಸೇವೆಗಳ ನಿರ್ದೇಶನಾಲಯ, ಬೆಂಗಳೂರು | 080–22201980 | 9449843005 |
| 7 | ಡಾ॥ ಶ್ರೀನಿವಾಸಗೌಡ, ನಿರ್ದೇಶಕರು,ರಾಜ್ಯ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬ ಕಲ್ಯಾಣ ಸಂಸ್ಥೆ, ಬೆಂಗಳೂರು | 080–23206125<br>080–23206126 | 9449096114 |
| 8 | ಡಾ॥ ಆಶಾ, ಕ.ಆ.ಸೇ., ಮುಖ್ಯ ಆಡಳಿತಾಧಿಕಾರಿಗಳು, ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಆರೋಗ್ಯ ಅಭಿಯಾನ | | 9449843424 |
| 9 | ಶ್ರೀ. ಮಂಜುನಾಥ ಸ್ವಾಮಿ, ಕೆ.ಎಸ್.ಎ.ಎಸ್, ಮುಖ್ಯ ಆರ್ಥಿಕ ಅಧಿಕಾರಿಗಳು, ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಆರೋಗ್ಯ ಅಭಿಯಾನ | | 9449843007 |
| 10 | ಡಾ॥ ರಾಮಚಂದ್ರ ಬಾಯರಿ, ಜಂಟಿ ನಿರ್ದೇಶಕರು(ಕ್ಷಯ) ಮತ್ತು ಉಪನಿರ್ದೇಶಕರು(ಪಿ.ಸಿ&ಪಿ.ಎನ್.ಡಿ.ಟಿ ಮತ್ತು ಶಿಶು ಆರೋಗ್ಯ), ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬ ಕಲ್ಯಾಣ ನಿರ್ದೇಶನಾಲಯ | 080–22874929 | 9449843278 |
| 11 | ಡಾ॥ ಬಿ.ಜಿ.ಪ್ರಕಾಶ್ ಕುಮಾರ್ ಉಪ ನಿರ್ದೇಶಕರು(ಎನ್.ವಿ.ಬಿ.ಡಿ.ಸಿ.ಪಿ) ಮತ್ತು ರಾಜ್ಯ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ವ್ಯವಸ್ಥಾಪಕರು,ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಆರೋಗ್ಯ ಅಭಿಯಾನ | 080–22874927 | 9449843150 |
| 12 | ಶ್ರೀಮತಿ,ಎಸ್.ಪ್ರಮೀಳ, ಕ.ಆ.ಸಾಂ.ಸೇ ರಾಜ್ಯ ಜನಸಂಖ್ಯಾ ತಜ್ಞರು, ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬ ಕಲ್ಯಾಣ ನಿರ್ದೇಶನಾಲಯ | 080–22389612 | 9449843357 |
| 13 | ಡಾ॥ ಸುರೇಶ್ ಶಾಸ್ತ್ರಿ, ಜಂಟಿ ನಿರ್ದೇಶಕರು (ಐ.ಇ.ಸಿ) ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬ ಕಲ್ಯಾಣ ನಿರ್ದೇಶನಾಲಯ | 080–22871046 | 9449843409 |
| 14 | ಡಾ॥ ಆರ್.ನಾರಾಯಣ, ಉಪ ನಿರ್ದೇಶಕರು (ಸಮುದಾಯ ಮೇಲ್ವಿಚಾರಣೆ), ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬ ಕಲ್ಯಾಣ ನಿರ್ದೇಶನಾಲಯ | 080–22372574 | 9449843274 |
| 15 | ಡಾ॥ ಪ್ರಭುದೇವ್ ಗೌಡ, ರಾಜ್ಯ ನೋಡಲ್ ಅಧಿಕಾರಿಗಳು, ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ನಗರ ಆರೋಗ್ಯ ಅಭಿಯಾನ, | 080–22246024 | 9449843438 |
| 16 | ಡಾ॥ ಎನ್.ರಾಜ್‌ಕುಮಾರ್, ಸಂಶೋಧನಾಧಿಕಾರಿಗಳು (ಆರ್.ಸಿ.ಹೆಚ್) ಉಪನಿರ್ದೇಶಕರು (ಕುಟುಂಬ ಕಲ್ಯಾಣ ಮತ್ತು ತಾಯಿ ಆರೋಗ್ಯ) ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬ ಕಲ್ಯಾಣ ನಿರ್ದೇಶನಾಲಯ | 080–22354765 | 9449843152 |
| 17 | ಡಾ॥ ಬಿ.ಎಸ್ ರಜನಿ, ಉಪನಿರ್ದೇಶಕರು(ಪೌಷ್ಠಿಕಾಂಶ ಮತ್ತು ಕುಷ್ಠ) ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬ ಕಲ್ಯಾಣ ನಿರ್ದೇಶನಾಲಯ | 080–22340225 | 9449843358 |
| | | | |

| ಸಹಾಯವಾಣಿ | | | |
|---|---|---|---|
| 1 | ಆರ್.ಓ(ಆರ್.ಸಿ.ಹೆಚ್) ಮತ್ತು ಆಶಾ ಸಂಪನ್ಮೂಲ ಕೇಂದ್ರ | 080–22354765<br>827782002<br>827782003<br>827782004<br>827782005<br>827782006<br>827782007 | 9449843435 |
| 2 | ಆರೋಗ್ಯ ವಾಣಿ | 104 | |
| 3 | ಆರೋಗ್ಯ ಕವಚ | 108 | |

# ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬಕಲ್ಯಾಣ ಇಲಾಖೆಯ ಜಿಲ್ಲಾಮಟ್ಟದ ಪ್ರಮುಖ ಅಧಿಕಾರಿಗಳ ದೂರವಾಣಿ ಸಂಖ್ಯೆಗಳು

| ಕ್ರ.ಸಂ | ಜಿಲ್ಲೆಯ ಹೆಸರು | ಜಿಲ್ಲಾ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬ ಕಲ್ಯಾಣಾಧಿಕಾರಿ | ಜಿಲ್ಲಾ ಆರ್.ಸಿ.ಹೆಚ್. ಅಧಿಕಾರಿ | ಜಿಲ್ಲಾ ಕುಟುಂಬ ಕಲ್ಯಾಣ ಅಧಿಕಾರಿಗಳು |
|---|---|---|---|---|
| 1 | ಬೆಂಗಳೂರು ಗ್ರಾಮಾಂತರ | 9449843037 | 9449843182 | 9449843177 |
| 2 | ಬೆಂಗಳೂರು ನಗರ | 9449843038 | 9449843183 | 9449843180 |
| 3 | ಬೆಳಗಾವಿ | 9449843039 | 9449843184 | 9449843183 |
| 4 | ಬೀದರ್ | 9449843040 | 9449843185 | 9449843199 |
| 5 | ಬಾಗಲಕೋಟೆ | 9449843041 | 9449843186 | 9449843165 |
| 6 | ಬಳ್ಳಾರಿ | 9449843042 | 9449843187 | 9449843193 |
| 7 | ಚಾಮರಾಜನಗರ | 9449843047 | 9449843192 | 9449843223 |
| 8 | ಚಿಕ್ಕಬಳ್ಳಾಪುರ | 9449843046 | 9449843191 | 9448182051 |
| 9 | ಚಿಕ್ಕಮಗಳೂರು | 9449843045 | 9449843189 | 9449843242 |
| 10 | ಚಿತ್ರದುರ್ಗ | 9449843044 | 9449843190 | 9449843304 |
| 11 | ದಕ್ಷಿಣಕನ್ನಡ | 9449843050 | 9449843194 | 9449843323 |
| 12 | ಧಾರವಾಡ | 9449843049 | 9449843193 | 9449843344 |
| 13 | ದಾವಣಗೆರೆ | 9449843051 | 9449843195 | 9449843332 |
| 14 | ಗದಗ | 9449843052 | 9449843196 | 9449843393 |
| 15 | ಹಾಸನ | 9449843055 | 9449843200 | 9449843395 |
| 16 | ಹಾವೇರಿ | 9449843054 | 9449843198 | 9449843326 |
| 17 | ಕಲಬುರ್ಗಿ | 9449843053 | 9449843197 | 9449843394 |
| 18 | ಕೊಡಗು | 9449843058 | 9449843203 | 9449843397 |
| 19 | ಕೋಲಾರ | 9449843057 | 9449843202 | 9449843400 |
| 20 | ಕೊಪ್ಪಳ | 9449843056 | 9449843201 | 9449843443 |
| 21 | ಮಂಡ್ಯ | 9449843059 | 9449843204 | 9449843445 |
| 22 | ಮೈಸೂರು | 9449843060 | 9449843205 | 9449844346 |
| 23 | ರಾಮನಗರ | 9449843061 | 9449843206 | 9449843206 |
| 24 | ರಾಯಚೂರು | 9449843062 | 9449843207 | 9449843447 |
| 25 | ಶಿವಮೊಗ್ಗ | 9449843063 | 9449843209 | 9449843449 |
| 26 | ತುಮಕೂರು | 9449843064 | 9449843210 | 9449843454 |
| 27 | ಉತ್ತರಕನ್ನಡ | 9449843065 | 9449843212 | 9449843456 |
| 28 | ಉಡುಪಿ | 9449843066 | 9449843213 | 9449843455 |
| 29 | ವಿಜಯಪುರ | 9449843043 | 9449843188 | 9449843211 |
| 30 | ಯಾದಗಿರಿ | 9449843067 | 9483533006 | 9449843457 |

# 2018

## ಫೆಬ್ರವರಿ

| S | M | T | W | T | F | S |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | 1 | 2 | 3 |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 25 | 26 | 27 | 28 | | | |

## ಮಾರ್ಚ್

| S | M | T | W | T | F | S |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | 1 | 2 | 3 |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |

## ಏಪ್ರಿಲ್

| S | M | T | W | T | F | S |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 29 | 30 | | | | | |

## ಮೇ

| S | M | T | W | T | F | S |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | | |

## ಜೂನ್

| S | M | T | W | T | F | S |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | 1 | 2 |
| 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |

## ಜುಲೈ

| S | M | T | W | T | F | S |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 29 | 30 | 31 | | | | |

## ಆಗಸ್ಟ್

| S | M | T | W | T | F | S |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | |

## ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್

| S | M | T | W | T | F | S |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 30 | | | | | | 1 |
| 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 |

## ಅಕ್ಟೋಬರ್

| S | M | T | W | T | F | S |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| 28 | 29 | 30 | 31 | | | |

## ನವೆಂಬರ್

| S | M | T | W | T | F | S |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | 1 | 2 | 3 |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | |

## ಡಿಸೆಂಬರ್

| S | M | T | W | T | F | S |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 30 | 31 | | | | | 1 |
| 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 |

# 2019

## ಜನವರಿ

| S | M | T | W | T | F | S |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | | |

## ಫೆಬ್ರವರಿ

| S | M | T | W | T | F | S |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | 1 | 2 |
| 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | | |

## ಮಾರ್ಚ್

| S | M | T | W | T | F | S |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 31 | | | | | 1 | 2 |
| 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |

# 2018 ನೇ ವರ್ಷದ ರಜಾ ದಿನಗಳು

| ಕ್ರ.ಸಂ | ದಿನಾಂಕ | ವಾರಗಳು | ರಜಾ ದಿನಗಳು |
|---|---|---|---|
| 1 | 15.01.2018 | ಸೋಮವಾರ | ಸಂಕ್ರಾಂತಿ ಹಬ್ಬ |
| 2 | 26.01.2018 | ಶುಕ್ರವಾರ | ಗಣರಾಜ್ಯೋತ್ಸವ |
| 3 | 13.02.2018 | ಮಂಗಳವಾರ | ಮಹಾಶಿವರಾತ್ರಿ |
| 4 | 29.03.2018 | ಗುರುವಾರ | ಮಹಾವೀರ ಜಯಂತಿ |
| 5 | 30.03.2018 | ಶುಕ್ರವಾರ | ಗುಡ್ ಫ್ರೈಡೆ, |
| 6 | 18.04.2018 | ಬುಧವಾರ | ಬಸವ ಜಯಂತಿ |
| 7 | 01.05.2018 | ಮಂಗಳವಾರ | ಕಾರ್ಮಿಕರ ದಿನಾಚರಣೆ |
| 8 | 16.06.2018 | ಸೋಮವಾರ | ಕುತಬ್-ಎ ರಮ್‌ಜಾನ್ |
| 9 | 15.08.2018 | ಬುಧವಾರ | ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ದಿನಾಚರಣೆ |
| 10 | 22.08.2018 | ಬುಧವಾರ | ಬಕ್ರಿದ್, |
| 11 | 13.09.2018 | ಗುರುವಾರ | ವರಸಿದ್ಧಿ ವಿನಾಯಕ ವ್ರತ |
| 12 | 21.09.2018 | ಶುಕ್ರವಾರ | ಮೊಹರಂ ಕಡೇ ದಿನ |
| 13 | 02.10.2018 | ಮಂಗಳವಾರ | ಗಾಂಧಿಜಯಂತಿ |
| 14 | 08.10.2018 | ಸೋಮವಾರ | ಮಹಾಲಯ ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ |
| 15 | 18.10.2018 | ಗುರುವಾರ | ಮಹಾನವಮಿ ಆಯುಧ ಪೂಜೆ |
| 16 | 19.10.2018 | ಶುಕ್ರವಾರ | ವಿಜಯದಶಮಿ |
| 17 | 24.10.2018 | ಬುಧವಾರ | ಮಹರ್ಷಿ ವಾಲ್ಮೀಕಿ ಜಯಂತಿ |
| 18 | 01.11.2018 | ಗುರುವಾರ | ಕನ್ನಡ ರಾಜ್ಯೋತ್ಸವ |
| 19 | 06.11.2018 | ಮಂಗಳವಾರ | ನರಕ ಚತುದರ್ಶಿ |
| 20 | 08.11.2018 | ಗುರುವಾರ | ಬಲಿಪಾಡ್ಯಮಿ, |
| 21 | 21.11.2018 | ಬುಧವಾರ | ಇದ್- ಮಿಲಾದ್ |
| 22 | 26.11.2018 | ಸೋಮವಾರ | ಕನಕದಾಸ ಜಯಂತಿ |
| 23 | 25.12.2018 | ಮಂಗಳವಾರ | ಕ್ರಿಸ್‌ಮಸ್ |

# ಪ್ರಮುಖ ಆರೋಗ್ಯ ದಿನಾಚರಣೆಗಳು

| ತಿಂಗಳು | ದಿನಾಂಕ | ಆಚರಣೆಗಳು |
| --- | --- | --- |
| ಜನವರಿ | 30 | ವಿಶ್ವ ಕುಷ್ಠ ರೋಗ ನಿರ್ಮೂಲನ ದಿನಾಚರಣೆ (World Leprosy Eradication Day) |
| ಫೆಬ್ರವರಿ | 4 | ವಿಶ್ವ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ದಿನಾಚರಣೆ (World Cancer Day) |
| ಮಾರ್ಚ್ | 8 | ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಹಿಳಾ ದಿನಾಚರಣೆ (International Women's Day) |
| ಮಾರ್ಚ್ | 11 | ಧೂಮಪಾನ ನಿಷೇಧ ದಿನಾಚರಣೆ (No Smoking day) |
| ಮಾರ್ಚ್ | 15 | ವಿಶ್ವ ವಿಕಲಚೇತನ ದಿನಾಚರಣೆ (World Disabled Day) |
| ಮಾರ್ಚ್ | 16 | ದಡಾರ ಚುಚುಮದ್ದು ದಿನಾಚರಣೆ (Measeles immunisation Day) |
| ಮಾರ್ಚ್ | 24 | ವಿಶ್ವ ಕ್ಷಯ ರೋಗ ದಿನಾಚರಣೆ (World TB Day) |
| ಏಪ್ರಿಲ್ | 7 | ವಿಶ್ವ ಆರೋಗ್ಯ ದಿನಾಚರಣೆ (World Health Day) |
| ಏಪ್ರಿಲ್ | 25 | ವಿಶ್ವ ಮಲೇರಿಯಾ ದಿನಾಚರಣೆ (World Malaria Day) |
| ಮೇ | 6 | ವಿಶ್ವ ಅಸ್ತಮಾ ದಿನಾಚರಣೆ (World Asthama Day) |
| ಮೇ | 8 | ವಿಶ್ವ ರೆಡ್ ಕ್ರಾಸ್ ದಿನಾಚರಣೆ (World Red Cross Day) |
| ಮೇ | 12 | ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಶುಶ್ರೂಷಕರ ದಿನಾಚರಣೆ (International Nurses Day) |
| ಮೇ | 19 | ವಿಶ್ವ ಹೆಪಟೈಟಿಸ್ ದಿನಾಚರಣೆ (World Hepatitis Day) |
| ಮೇ | 28 | ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಹಿಳಾ ಆರೋಗ್ಯ ದಿನಾಚರಣೆ (International Women's Health Day) |
| ಜೂನ್ | 5 | ವಿಶ್ವ ಪರಿಸರ ದಿನಾಚರಣೆ (World Environment Day) |
| ಜುಲೈ | 1 | ವೈದ್ಯರ ದಿನಾಚರಣೆ (Doctor's Day) |
| ಜುಲೈ | 11 | ವಿಶ್ವ ಜನಸಂಖ್ಯಾ ದಿನಾಚರಣೆ (World Population Day) |
| ಜುಲೈ | 29 | ಒಆರ್‌ಎಸ್ ದಿನ (ORS Day) |
| ಆಗಸ್ಟ್ | 1 ರಿಂದ 8 | ವಿಶ್ವ ಸ್ತನಪಾನ ಸಪ್ತಾಹ (World Breastfeeding Week) |
| ಆಗಸ್ಟ್ | 25 ರಿಂದ ಸೆಪ್ಟಂಬರ್ 8 | ನೇತ್ರದಾನ ಪಾಕ್ಷಿಕ (Eye Donation Fortnight) |
| ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ | 1 ರಿಂದ 7 | ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಪೌಷ್ಟಿಕ ಸಪ್ತಾಹ (National Nutrition week) |
| ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ | 28 | ವಿಶ್ವ ಹೃದಯ ದಿನಾಚರಣೆ/ ವಿಶ್ವ ರೇಬೀಸ್ ದಿನಾಚರಣೆ (World Heart Day/ World Rabies Day) |
| ಅಕ್ಟೋಬರ್ | 1 | ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಹಿರಿಯರ ದಿನಾಚರಣೆ (International Day of the Elderly) |
| ಅಕ್ಟೋಬರ್ | 2 | ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಾದಕ ವ್ಯಸನಿ ನಿರೋಧ ದಿನಾಚರಣೆ (National Anti-Drug Addiction day) |
| ಅಕ್ಟೋಬರ್ | 10 | ವಿಶ್ವ ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ದಿನಾಚರಣೆ (World Mental Health Day) |
| ಅಕ್ಟೋಬರ್ | 12 | ವಿಶ್ವ ದೃಷ್ಟಿ ದಿನ (World Sight Day) |
| ಅಕ್ಟೋಬರ್ | 16 | ವಿಶ್ವ ಆಹಾರ ದಿನಾಚರಣೆ (World Food Day) |
| ಅಕ್ಟೋಬರ್ | 24 | ವಿಶ್ವ ಪೋಲಿಯೋ ದಿನಾಚರಣೆ (World Polio Day) |
| ನವೆಂಬರ್ | 2 | ವಿಶ್ವ ನ್ಯುಮೋನಿಯಾ ದಿನಾಚರಣೆ (World Pneumonia day) |
| ನವೆಂಬರ್ | 10 | ವಿಶ್ವ ಚುಚ್ಚುಮದ್ದು ದಿನಾಚರಣೆ (World Immunisation Day) |
| ನವೆಂಬರ್ | 14 | ಮಧುಮೇಹ ದಿನಾಚರಣೆ (Diabetes Day) |
| ನವೆಂಬರ್ | 18 | ವಿಶ್ವ ಅಪಸ್ಮಾರ ದಿನಾಚರಣೆ (World Epilepsy Day) |
| ನವೆಂಬರ್ | 15 ರಿಂದ 21 | ನವಜಾತ ಶಿಶು ಆರೈಕೆ ಸಪ್ತಾಹ (New Born care week) |
| ಡಿಸೆಂಬರ್ | 1 | ವಿಶ್ವ ಏಡ್ಸ್ ದಿನಾಚರಣೆ (World AIDS Day) |
| ಡಿಸೆಂಬರ್ | 9 | ವಿಶ್ವ ರೋಗಿಗಳ ಸುರಕ್ಷಾ ದಿನಾಚರಣೆ (World Patient Safety Day) |

1 ಗುರುವಾರ

2 ಶುಕ್ರವಾರ

3 ಶನಿವಾರ

**4 ಭಾನುವಾರ** | ವಿಶ್ವ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ದಿನಾಚರಣೆ (World Cancer Day)

5 ಸೋಮವಾರ

6 ಮಂಗಳವಾರ

ನಿಶ್ಯಕ್ತಿ, ಸುಸ್ತು, ನಾಲಗೆ ಬಿಳುಚಿಕೊಳ್ಳುವುದು ರಕ್ತ ಹೀನತೆ (ಅನಿಮಿಯಾ) ಲಕ್ಷಣ

**7** ಬುಧವಾರ

**8** ಗುರುವಾರ

**9** ಶುಕ್ರವಾರ

**10** ಶನಿವಾರ

**11** ಭಾನುವಾರ

**12** ಸೋಮವಾರ

**13** ಮಂಗಳವಾರ | ಮಹಾಶಿವರಾತ್ರಿ

ತಾಯಿ ಮತ್ತು ಶಿಶುವನ್ನು ಧನುರ್ವಾಯು ವಿನಿಂದ ರಕ್ಷಿಸಲು ಗರ್ಭಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಎರಡು ಚುಚ್ಚುಮದ್ದುಗಳು ಅವಶ್ಯಕ

14 ಬುಧವಾರ

15 ಗುರುವಾರ | ● ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ

16 ಶುಕ್ರವಾರ

17 ಶನಿವಾರ

18 ಭಾನುವಾರ

19 ಸೋಮವಾರ

20 ಮಂಗಳವಾರ

ಗರ್ಭಿಣಿಗೆ ರಕ್ತಸ್ರಾವ ಎಂಬುದು ಅಪಾಯದ ಲಕ್ಷಣ ಯಾವುದೇ ಅಪಾಯದ ಲಕ್ಷಣಗಳಿದ್ದರೆ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರಕ್ಕೆ ಹೋಗಿ ಪರೀಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು

**21** ಬುಧವಾರ

**22** ಗುರುವಾರ

**23** ಶುಕ್ರವಾರ

**24** ಶನಿವಾರ

**25** ಭಾನುವಾರ

**26** ಸೋಮವಾರ

**27** ಮಂಗಳವಾರ

**28** ಬುಧವಾರ

ಬಿಸಿ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ತೊಳೆದು ಬಿಸಿಲಿನಲ್ಲಿ ಒಣಗಿಸಿದ ಬಟ್ಟೆ ಮತ್ತು ಕಂಬಳಿಗಳನ್ನು ನವಜಾತ ಶಿಶುವಿಗೆ ತೊಡಿಸಲು ಸಿದ್ಧತೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿರಬೇಕು

**01** ಗುರುವಾರ | ○ ಹುಣ್ಣಿಮೆ

**02** ಶುಕ್ರವಾರ

**03** ಶನಿವಾರ

**04** ಭಾನುವಾರ

**05** ಸೋಮವಾರ

**06** ಮಂಗಳವಾರ

**07** ಬುಧವಾರ

ಹೆರಿಗೆಗೆ ಎಷ್ಟು ಖರ್ಚು ಬರಬಹುದು ಎಂದು ಲೆಕ್ಕಾಚಾರ ಮಾಡಿ ಮೊದಲಿನಿಂದಲೇ ಹಣ ಕೂಡಿಸಬೇಕು

08 ಗುರುವಾರ | ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಹಿಳಾ ದಿನಾಚರಣೆ (International Women's Day)

09 ಶುಕ್ರವಾರ

10 ಶನಿವಾರ

11 ಭಾನುವಾರ | ಧೂಮಪಾನ ನಿಷೇಧ ದಿನಾಚರಣೆ (No Smoking day)

12 ಸೋಮವಾರ

13 ಮಂಗಳವಾರ

14 ಬುಧವಾರ

15 ಗುರುವಾರ | ವಿಶ್ವ ವಿಕಲಚೇತನ ದಿನಾಚರಣೆ (World Disabled Day)

16 ಶುಕ್ರವಾರ | ದಡಾರ ಚುಚುಮದ್ದು ದಿನಾಚರಣೆ (Measeles immunisation Day)

17 ಶನಿವಾರ | ● ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ

18 ಭಾನುವಾರ

19 ಸೋಮವಾರ

**20** ಮಂಗಳವಾರ

**21** ಬುಧವಾರ

**22** ಗುರುವಾರ

**23** ಶುಕ್ರವಾರ

**24** ಶನಿವಾರ | ವಿಶ್ವ ಕ್ಷಯ ರೋಗ ದಿನಾಚರಣೆ (World TB Day)

**25** ಭಾನುವಾರ

ನಿರೀಕ್ಷಿತ ಹೆರಿಗೆ ದಿನಾಂಕದ ಆಸುಪಾಸು ಹೊಟ್ಟೆನೋವು ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡರೆ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಹೋಗಬೇಕು.

26 ಸೋಮವಾರ

27 ಮಂಗಳವಾರ

28 ಬುಧವಾರ

29 ಗುರುವಾರ | ಮಹಾವೀರ ಜಯಂತಿ

30 ಶುಕ್ರವಾರ

31 ಶನಿವಾರ | ○ ಹುಣ್ಣಿಮೆ | ಗುಡ್ ಫ್ರೈಡೆ



ಮೊದಲ ಗಿಣ್ಣದ ಹಾಲನ್ನು ಮಗುವಿಗೆ ಕುಡಿಸಬೇಕು

01 ಭಾನುವಾರ

02 ಸೋಮವಾರ

03 ಮಂಗಳವಾರ

04 ಬುಧವಾರ

05 ಗುರುವಾರ

06 ಶುಕ್ರವಾರ

07 ಶನಿವಾರ | ವಿಶ್ವ ಆರೋಗ್ಯ ದಿನಾಚರಣೆ (World Health Day)

ಆರು ತಿಂಗಳವರೆಗೆ ಎದೆ ಹಾಲು ಬಿಟ್ಟು ಬೇರೆ ಏನನ್ನೂ ಕೊಡಬಾರದು

08 ಭಾನುವಾರ

09 ಸೋಮವಾರ

10 ಮಂಗಳವಾರ

11 ಬುಧವಾರ

12 ಗುರುವಾರ

13 ಶುಕ್ರವಾರ

14 ಶನಿವಾರ



ಮಗುವಿನ ಹೊಕ್ಕಳ ಬಳ್ಳಿಗೆ ಕರಳೆಣ್ಣೆ, ಅರಿಶಿಣವನ್ನು ಹಚ್ಚಬಾರದು

15 ಭಾನುವಾರ

16 ಸೋಮವಾರ | ● ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ

17 ಮಂಗಳವಾರ

18 ಬುಧವಾರ | ಬಸವ ಜಯಂತಿ

19 ಗುರುವಾರ

20 ಶುಕ್ರವಾರ

21 ಶನಿವಾರ

22 ಭಾನುವಾರ

23 ಸೋಮವಾರ

24 ಮಂಗಳವಾರ

25 ಬುಧವಾರ | ವಿಶ್ವ ಮಲೇರಿಯಾ ದಿನಾಚರಣೆ (World Malaria Day)

26 ಗುರುವಾರ

27 ಶುಕ್ರವಾರ

ಮಗುವಿಗೆ ಯಾವುದೇ ಅಪಾಯದ ಲಕ್ಷಣಕಂಡು ಬಂದರೂ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಕರೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗಲು ಮರೆಯಬಾರದು

28 ಶನಿವಾರ

29 ಭಾನುವಾರ | ○ ಹುಣ್ಣಿಮೆ

30 ಸೋಮವಾರ

01 ಮಂಗಳವಾರ | **ಕಾರ್ಮಿಕರ ದಿನಾಚರಣೆ**

02 ಬುಧವಾರ

03 ಗುರುವಾರ

04 ಶುಕ್ರವಾರ

05 ಶನಿವಾರ

06 **ಭಾನುವಾರ** | ವಿಶ್ವ ಅಸ್ತಮಾ ದಿನಾಚರಣೆ (World Asthama Day)

07 ಸೋಮವಾರ

08 ಮಂಗಳವಾರ | ವಿಶ್ವ ರೆಡ್ ಕ್ರಾಸ್ ದಿನಾಚರಣೆ (World Red Cross Day)

09 ಬುಧವಾರ

10 ಗುರುವಾರ

11 ಶುಕ್ರವಾರ

12 ಶನಿವಾರ | ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಶುಶ್ರೂಷಕರ ದಿನಾಚರಣೆ (International Nurses Day)

13 ಭಾನುವಾರ

14 ಸೋಮವಾರ

15 ಮಂಗಳವಾರ | ● ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ

16 ಬುಧವಾರ

17 ಗುರುವಾರ

18 ಶುಕ್ರವಾರ

19 ಶನಿವಾರ | ವಿಶ್ವ ಹೆಪಟೈಟೀಸ್ ದಿನಾಚರಣೆ (World Hepatitis Day)



ನಮ್ಮಲ್ಲೆ ನಾವು ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡರೆ ಸರ್ವಸ್ವವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡಂತೆ

**20** ಭಾನುವಾರ

**21** ಸೋಮವಾರ

**22** ಮಂಗಳವಾರ

**23** ಬುಧವಾರ

**24** ಗುರುವಾರ

**25** ಶುಕ್ರವಾರ

**26** ಶನಿವಾರ

ಹೊಸ ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳನ್ನು ಜನರು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಅನುಮಾನದಿಂದ ನೋಡುತ್ತಾರೆ, ವಿರೋಧಿಸುತ್ತಾರೆ.
ಏಕೆಂದರೆ ಅವು ಸಾಕಷ್ಟು ಪರಿಚಿತವಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ.

27 ಭಾನುವಾರ

28 ಸೋಮವಾರ | ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಹಿಳಾ ಆರೋಗ್ಯ ದಿನಾಚರಣೆ (International Women's Health Day)

29 ಮಂಗಳವಾರ | ○ ಹುಣ್ಣಿಮೆ

30 ಬುಧವಾರ

31 ಗುರುವಾರ



ನಮ್ಮ ಗುರಿ ಆಕಾಶದಷ್ಟು ಎತ್ತರವಾಗಿದ್ದರೆ, ಮರದಷ್ಟು ಎತ್ತರ ಗುರಿಯುಳ್ಳವರಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚನ್ನು ಸಾಧಿಸಬಹುದು

01 ಶುಕ್ರವಾರ

02 ಶನಿವಾರ

03 ಭಾನುವಾರ

04 ಸೋಮವಾರ

05 ಮಂಗಳವಾರ | ವಿಶ್ವ ಪರಿಸರ ದಿನಾಚರಣೆ (World Environment Day)

06 ಬುಧವಾರ



ತಾಯಿಯಾಗಿ ಬೇಕು, ಹೆಂಡತಿಯಾಗಿ ಬೇಕು, ಮಗಳಾಗಿ ಯಾಕೇ ಬೇಡ.

07 ಗುರುವಾರ

08 ಶುಕ್ರವಾರ

09 ಶನಿವಾರ

10 ಭಾನುವಾರ

11 ಸೋಮವಾರ

12 ಮಂಗಳವಾರ

13 ಬುಧವಾರ | ● ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ

ಇತರರ ಏಳಿಗೆ ಕಂಡು ಸಂತೋಷಪಡಿ ನಿಮ್ಮ ದೋಷಗಳನ್ನು ಸರಿಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳ.
ಇದರಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಯೋಗ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ.

14 ಗುರುವಾರ

15 ಶುಕ್ರವಾರ

16 ಶನಿವಾರ | ಕುತಬ್-ಎ ರಮ್‌ಜಾನ್

17 ಭಾನುವಾರ

18 ಸೋಮವಾರ

19 ಮಂಗಳವಾರ

20 ಬುಧವಾರ

ಕಷ್ಟಪಡದೆ ಮಾಡಿದ ಸಾಧನೆ ಬಹಳ ಕಾಲ ಇರದು ಹಾಗೆಯೇ ಶ್ರಮದಿಂದ ಗಳಿಸಿದ ಯಶಸ್ಸು ದೀರ್ಘ ಸಮಯ ಇರುತ್ತದೆ.

21 ಗುರುವಾರ

22 ಶುಕ್ರವಾರ

23 ಶನಿವಾರ

24 ಭಾನುವಾರ

25 ಸೋಮವಾರ

26 ಮಂಗಳವಾರ

27 ಬುಧವಾರ

ನಾವು ಇಂದೇನಾಗಿದ್ದೇವೆಯೋ ಅದಕ್ಕೆ ನಿನ್ನೆಯ ಆಲೋಚನೆಗಳೇ ಕಾರಣ. ಇಂದಿನ ಆಲೋಚನೆಗಳು ನಮ್ಮ ಮುಂಬರುವ ದಿನಗಳನ್ನು ರೂಪಿಸುತ್ತವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ನಮ್ಮ ಆಲೋಚನೆಗಳು ಉನ್ನತವಾಗಿರಬೇಕು.

**28** ಗುರುವಾರ | ○ ಹುಣ್ಣಿಮೆ

**29** ಶುಕ್ರವಾರ

**30** ಶನಿವಾರ

**01** **ಭಾನುವಾರ** | ವೈದ್ಯರ ದಿನಾಚರಣೆ (Doctor's Day)

**02** ಸೋಮವಾರ

**03** ಮಂಗಳವಾರ

**04** ಬುಧವಾರ

**05** ಗುರುವಾರ

**06** ಶುಕ್ರವಾರ

ಗಿಡದಕೊಂಬೆಯ ಮೇಲೆ ಕುಳಿತ ಹಕ್ಕಿ ಕೊಂಬೆ ಗಾಳಿಗೆ ಅಲುಗಾಡಿದರೂ ಹೆದರದು.
ಏಕೆಂದರೆ ಅದು ತನ್ನ ರೆಕ್ಕೆಗಳನ್ನು ನಂಬಿರುತ್ತದೆ.

**07** ಶನಿವಾರ

**08** ಭಾನುವಾರ

**09** ಸೋಮವಾರ

**10** ಮಂಗಳವಾರ

**11** ಬುಧವಾರ | ವಿಶ್ವ ಜನಸಂಖ್ಯಾ ದಿನಾಚರಣೆ (World Population Day)

**12** ಗುರುವಾರ

**13** ಶುಕ್ರವಾರ | ● ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ

ಪ್ರತಿ ಬೆಳಗೂ ನಮಗೆ ಮರುಜನ್ಮವಿದ್ದಂತೆ, ಆದ್ದರಿಂದ ಪ್ರತಿ ಮುಂಜಾನೆ
ಹೊಸದಾದ ಅರ್ಥಪೂರ್ಣವಾದ ಜೀವನ ನಡೆಸುವ ಪಣತೊಡೋಣ

14 ಶನಿವಾರ

15 ಭಾನುವಾರ

16 ಸೋಮವಾರ

17 ಮಂಗಳವಾರ

18 ಬುಧವಾರ

19 ಗುರುವಾರ

20 ಶುಕ್ರವಾರ

ಸಂತೋಷ ಎನ್ನುವುದು ಹರಿವ ನೀರಿನಂತೆ. ಸದಾ ಉತ್ತಮ ಚಟುವಟಿಕೆಯಿಂದ ಇದ್ದರೆ ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸು ಪ್ರಫುಲ್ಲವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

**21** ಶನಿವಾರ

**22** ಭಾನುವಾರ

**23** ಸೋಮವಾರ

**24** ಮಂಗಳವಾರ

**25** ಬುಧವಾರ

**26** ಗುರುವಾರ

**27** ಶುಕ್ರವಾರ | ○ ಹುಣ್ಣಿಮೆ

ಸದಾಕಠಿಣ ಪರಿಶ್ರಮದಲ್ಲಿ ನಿರತನಾದವನಿಗೆ ಯಶಸ್ಸು ಪ್ರಾಪ್ತಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಕಪಟಮಾರ್ಗದಿಂದ ಯಶಸ್ಸಿಗಾಗಿ ಕಾಯುವವನಿಗೆ ಅದು ಸಿದ್ಧಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಅಂದರೆ ನಮ್ಮ ಯಶಸ್ಸಿಗೆ ನಾವೇ ಕಾರಣರಾಗುತ್ತೇವೆಯೋ ಹೊರತು ಬೇರೆ ಯಾರು ಅಲ್ಲ

28 ಶನಿವಾರ

29 **ಭಾನುವಾರ** | ಓಆರ್‌ಎಸ್ ದಿನ (ORS Day)

30 ಸೋಮವಾರ

31 ಮಂಗಳವಾರ

ಹಣವಿಲ್ಲದವನು ಬಡವನಲ್ಲ. ಆದರೆ ಉನ್ನತ ಕನಸು ಹಾಗು ಗುರಿ ಇಲ್ಲದವ ನಿಜಕ್ಕೂ ಬಡವ.

01 ಬುಧವಾರ | ೧ ರಿಂದ ೪ ವಿಶ್ವ ಸ್ತನಪಾನ ಸಪ್ತಾಹ (World Breastfeeding Week)

02 ಗುರುವಾರ

03 ಶುಕ್ರವಾರ

04 ಶನಿವಾರ

05 ಭಾನುವಾರ

06 ಸೋಮವಾರ



ದೊಡ್ಡವರು ದೊಡ್ಡ ಕೆಲಸಗಳನ್ನೇನೂ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಸಣ್ಣ ಸಣ್ಣ ಕೆಲಸಗಳನ್ನೇ ದೊಡ್ಡದೆಂದು ಭಾವಿಸಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ.

07 ಮಂಗಳವಾರ

08 ಬುಧವಾರ

09 ಗುರುವಾರ

10 ಶುಕ್ರವಾರ

11 ಶನಿವಾರ | ● ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ

12 ಭಾನುವಾರ

ನಿಮ್ಮ ಕೆಲಸವನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ ಅದು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಯಶಸ್ಸಿನತ್ತ ಕೊಂಡೊಯ್ಯುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಕೆಲಸವನ್ನು ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿ ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾಗಿ ಮಾಡಿರಿ.

13 ಸೋಮವಾರ

14 ಮಂಗಳವಾರ

15 ಬುಧವಾರ | ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ದಿನಾಚರಣೆ

16 ಗುರುವಾರ

17 ಶುಕ್ರವಾರ

18 ಶನಿವಾರ

19 ಭಾನುವಾರ

ಕಲಿಕೆಯ ಹಂತ ಕಹಿಯಾಗಿರಬಹುದು. ಫಲ ಮಾತ್ರ ಸಿಹಿಯೇ ಆಗಿರುವುದು

20 ಸೋಮವಾರ

21 ಮಂಗಳವಾರ

22 ಬುಧವಾರ | ಬಕ್ರಿದ್

23 ಗುರುವಾರ

24 ಶುಕ್ರವಾರ

25 ಶನಿವಾರ | 25 ರಿಂದ ಸೆಪ್ಟಂಬರ್ 8 ನೇತ್ರದಾನ ಪಾಕ್ಷಿಕ (Eye Donation Fortnight)



ನಿನಗೆ ನೀನಲ್ಲದೆ ಇನ್ನಾರೂ ಸಮಾಧಾನವನ್ನೂ ತಂದುಕೊಡಲಾರರು

26 ಭಾನುವಾರ | ○ ಹುಣ್ಣಿಮೆ

27 ಸೋಮವಾರ

28 ಮಂಗಳವಾರ

29 ಬುಧವಾರ

30 ಗುರುವಾರ

31 ಶುಕ್ರವಾರ

01 ಶನಿವಾರ | 1 ರಿಂದ 7 ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಪೌಷ್ಟಿಕ ಸಪ್ತಾಹ (National Nutrition week)

02 ಭಾನುವಾರ

03 ಸೋಮವಾರ

04 ಮಂಗಳವಾರ

05 ಬುಧವಾರ

06 ಗುರುವಾರ



ನಿಮಗೆ ಬೇಡವಾದುದನ್ನು ಇನ್ನೊಬ್ಬರಿಗೆ ಉಡುಗೊರೆಯಾಗಿ ಕೊಡಬೇಡಿ

07 ಶುಕ್ರವಾರ

08 ಶನಿವಾರ

09 ಭಾನುವಾರ | ● ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ

10 ಸೋಮವಾರ

11 ಮಂಗಳವಾರ

12 ಬುಧವಾರ

13 ಗುರುವಾರ | ವರಸಿದ್ಧಿ ವಿನಾಯಕ ವ್ರತ

14 ಶುಕ್ರವಾರ

15 ಶನಿವಾರ

16 ಭಾನುವಾರ

17 ಸೋಮವಾರ

18 ಮಂಗಳವಾರ

19 ಬುಧವಾರ



ಕಾರ್ಯನಿರತನಿಗೆ ಕೆಲಸವೇ ವಿಶ್ರಾಂತಿ, ಸೋಮಾರಿಗೆ ಸುಮ್ಮನೆ ಕುಳಿತಿರುವುದೇ ಕೆಲಸ

**20** ಗುರುವಾರ

**21** ಶುಕ್ರವಾರ | **ಮೊಹರಂ ಕಡೇ ದಿನ**

**22** ಶನಿವಾರ

**23** **ಭಾನುವಾರ**

**24** ಸೋಮವಾರ

**25** ಮಂಗಳವಾರ | ○ ಹುಣ್ಣಿಮೆ

**26** ಬುಧವಾರ

ಜನರನ್ನು ಅವರ ವೇಷ ನೋಡಿ ಬರ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ, ಅವರ ಬುದ್ಧಿ ನೋಡಿ ಬೀಳ್ಕೊಡುತ್ತೇವೆ

27 ಗುರುವಾರ

28 ಶುಕ್ರವಾರ | ವಿಶ್ವ ಹೃದಯ ದಿನಾಚರಣೆ/ ವಿಶ್ವ ರೇಬೀಸ್ ದಿನಾಚರಣೆ (World Heart Day/ World Rabies Day)

29 ಶನಿವಾರ

30 ಭಾನುವಾರ



ಮನುಷ್ಯನು ಹೇಗೆ ಜೀವಿಸಿದನೆಂಬುದು ಮುಖ್ಯವೇ ಹೊರತು, ಹೇಗೆ ಸಾಯುತ್ತಾನೆಂಬುದು ಮುಖ್ಯವಲ್ಲ

01 ಸೋಮವಾರ | ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಹಿರಿಯರ ದಿನಾಚರಣೆ (International Day of the Elderly)

02 ಮಂಗಳವಾರ | **ಗಾಂಧಿಜಯಂತಿ** | ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಾದಕ ವ್ಯಸನಿ ನಿರೋಧ ದಿನಾಚರಣೆ (National Anti-Drug Addiction day)

03 ಬುಧವಾರ

04 ಗುರುವಾರ

05 ಶುಕ್ರವಾರ

06 ಶನಿವಾರ



ಮನಸ್ಸು ಮಲಿನಗೊಂಡರೆ ಮಲ್ಲಿಗೆಯ ಸುವಾಸನೆಯೂ ಅಸಹ್ಯ ಹುಟ್ಟಿಸುತ್ತದೆ

07 ಭಾನುವಾರ

08 ಸೋಮವಾರ | ● ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ | ಮಹಾಲಯ ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ

09 ಮಂಗಳವಾರ

10 ಬುಧವಾರ | ವಿಶ್ವ ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ದಿನಾಚರಣೆ (World Mental Health Day)

11 ಗುರುವಾರ

12 ಶುಕ್ರವಾರ | ವಿಶ್ವ ದೃಷ್ಟಿ ದಿನ (World Sight Day)

13 ಶನಿವಾರ

14 ಭಾನುವಾರ

15 ಸೋಮವಾರ

16 ಮಂಗಳವಾರ | ವಿಶ್ವ ಆಹಾರ ದಿನಾಚರಣೆ (World Food Day)

17 ಬುಧವಾರ

18 ಗುರುವಾರ | ಮಹಾನವಮಿ, ಆಯುಧ ಪೂಜೆ

ತೆಗಳುವವರನ್ನು ನೀನು ಮನದಲ್ಲಿಯೇ ವಂದಿಸು, ಅದರಿಂದ ನಿನ್ನ ಕೊರತೆಗಳನ್ನು ತಿದ್ದಿಕೊಳ್ಳುವೆ

19 ಶುಕ್ರವಾರ | ವಿಜಯದಶಮಿ

20 ಶನಿವಾರ

21 ಭಾನುವಾರ

22 ಸೋಮವಾರ

23 ಮಂಗಳವಾರ

24 ಬುಧವಾರ | ವಿಶ್ವ ಪೋಲಿಯೋ ದಿನಾಚರಣೆ (World Polio Day) | ○ ಹುಣ್ಣಿಮೆ | ಮಹರ್ಷಿ ವಾಲ್ಮೀಕಿ ಜಯಂತಿ



ದಾರಿಯನ್ನು ಬಲ್ಲವರಿದ್ದರೆ ಅವರು ಅದನ್ನು ಇನ್ನೊಬ್ಬರಿಗೆ ತೋರಿಸಬೇಕು

25 ಗುರುವಾರ

26 ಶುಕ್ರವಾರ

27 ಶನಿವಾರ

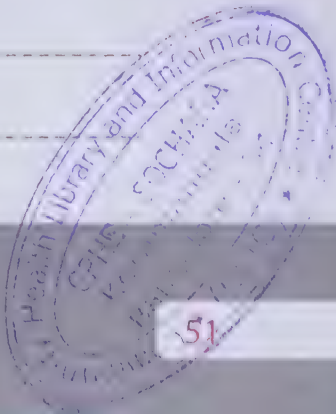
28 ಭಾನುವಾರ

29 ಸೋಮವಾರ

30 ಮಂಗಳವಾರ

31 ಬುಧವಾರ





ಒಳ್ಳೆಯ ಗುಣ ಯಾವುದು ಎಂದು ತಿಳಿದರೆ ಸಾಲದು, ಅದನ್ನು ನಮ್ಮದಾಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು

01 ಗುರುವಾರ | ಕನ್ನಡ ರಾಜ್ಯೋತ್ಸವ

02 ಶುಕ್ರವಾರ | ವಿಶ್ವ ನ್ಯುಮೋನಿಯಾ ದಿನಾಚರಣೆ (World Pneumonia day)

03 ಶನಿವಾರ

04 ಭಾನುವಾರ

05 ಸೋಮವಾರ

06 ಮಂಗಳವಾರ | ನರಕ ಚತುರ್ದಶಿ



ನಿಂದಿಸಿದರೆ ಹಿಗ್ಗಬೇಕು, ಕೋಪ ಬಂದಾಗ ಸೈರಣೆಯಿಂದ ಇರಬೇಕು

07 ಬುಧವಾರ | ● ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ

08 ಗುರುವಾರ | ಬಲಿಪಾಡ್ಯಮಿ

09 ಶುಕ್ರವಾರ

10 ಶನಿವಾರ | ವಿಶ್ವ ಚುಚ್ಚುಮದ್ದು ದಿನಾಚರಣೆ (World Immunisation Day)

11 ಭಾನುವಾರ

12 ಸೋಮವಾರ

13 ಮಂಗಳವಾರ

14 ಬುಧವಾರ | ಮಧುಮೇಹ ದಿನಾಚರಣೆ (Diabetes Day)

15 ಗುರುವಾರ | 15 ರಿಂದ 21 ನವಜಾತ ಶಿಶು ಆರೈಕೆ ಸಪ್ತಾಹ (New Born care week)

16 ಶುಕ್ರವಾರ

17 ಶನಿವಾರ

18 ಭಾನುವಾರ | ವಿಶ್ವ ಅಪಸ್ಮಾರ ದಿನಾಚರಣೆ (World Epilepsy Day)



ಕಂಡವರ ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಹುಡುಕುವವರು ತಮ್ಮ ತಪ್ಪನ್ನು ಅರಿಯರು.

19 ಸೋಮವಾರ

20 ಮಂಗಳವಾರ

21 ಬುಧವಾರ | ಇದ್- ಮಿಲಾದ್

22 ಗುರುವಾರ

23 ಶುಕ್ರವಾರ | ○ ಹುಣ್ಣಿಮೆ

24 ಶನಿವಾರ

ಗರ್ಭಿಣಿಯು ಕಬ್ಬಿಣಾಂಶದ ಮಾತ್ರೆ ಮತ್ತು ಪೌಷ್ಟಿಕ ಆಹಾರ ಸೇವನೆ ಮಾಡುವುದು ಅತ್ಯಗತ್ಯ

25 ಭಾನುವಾರ

26 ಸೋಮವಾರ | ಕನಕದಾಸ ಜಯಂತಿ

27 ಮಂಗಳವಾರ

28 ಬುಧವಾರ

29 ಗುರುವಾರ

30 ಶುಕ್ರವಾರ



ಸಮಾಲೋಚನೆ ಮಾಡುವಾಗ ಸಂವಹನ ಪರಿಕರಗಳನ್ನು ಬಳಸಿದರೆ ಹೆಚ್ಚು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ

01 ಶನಿವಾರ | ಏಶ್ವ ಏಡ್ಸ್ ದಿನಾಚರಣೆ (World AIDS Day)

02 ಭಾನುವಾರ

03 ಸೋಮವಾರ

04 ಮಂಗಳವಾರ

05 ಬುಧವಾರ

06 ಗುರುವಾರ



ಮಗುವಿಗೆ ಅಥವಾ ತಾಯಿಗೆ ಸೂಜಿಯಿಂದ ಬರೆಹಾಕುವುದರಿಂದ ಚರ್ಮದ ಸೋಂಕು ಆಗುತ್ತದೆ

07 ಶುಕ್ರವಾರ | ● ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ

08 ಶನಿವಾರ

**09 ಭಾನುವಾರ** | ವಿಶ್ವ ರೋಗಿಗಳ ಸುರಕ್ಷಾ ದಿನಾಚರಣೆ (World Patient Safety Day)

10 ಸೋಮವಾರ

11 ಮಂಗಳವಾರ

12 ಬುಧವಾರ



ಯಾವ ವರ್ತನೆಯು ನಿಮಗೆ ಅಪ್ರಿಯವೋ ಆ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ಬೇರೆಯವರೊಂದಿಗೆ ಮಾಡದಿರಿ

13 ಗುರುವಾರ

14 ಶುಕ್ರವಾರ

15 ಶನಿವಾರ

16 ಭಾನುವಾರ

17 ಸೋಮವಾರ

18 ಮಂಗಳವಾರ

19 ಬುಧವಾರ

ಬೇರೆಯವರ ಬುದ್ಧಿವಾದಕ್ಕೆ ಕಿವಿಕೊಡುವ ಸದ್ಬುದ್ಧಿ ಇದ್ದರೆ ನಾವು ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿನ
ಎಷ್ಟು ಅನಾಹುತಗಳನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಬಹುದು

20 ಗುರುವಾರ

21 ಶುಕ್ರವಾರ

22 ಶನಿವಾರ | ○ ಹುಣ್ಣಿಮೆ

23 ಭಾನುವಾರ

24 ಸೋಮವಾರ

25 ಮಂಗಳವಾರ | ಕ್ರಿಸ್‌ಮಸ್

26 ಬುಧವಾರ

27 ಗುರುವಾರ

28 ಶುಕ್ರವಾರ

29 ಶನಿವಾರ

30 ಭಾನುವಾರ

31 ಸೋಮವಾರ

01 ಮಂಗಳವಾರ

02 ಬುಧವಾರ

03 ಗುರುವಾರ

04 ಶುಕ್ರವಾರ

05 ಶನಿವಾರ | ● ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ

06 ಭಾನುವಾರ

07 ಸೋಮವಾರ

08 ಮಂಗಳವಾರ

09 ಬುಧವಾರ

10 ಗುರುವಾರ

11 ಶುಕ್ರವಾರ

12 ಶನಿವಾರ

13 ಭಾನುವಾರ

14 ಸೋಮವಾರ

15 ಮಂಗಳವಾರ

16 ಬುಧವಾರ

17 ಗುರುವಾರ

18 ಶುಕ್ರವಾರ

19 ಶನಿವಾರ

20 ಭಾನುವಾರ

21 ಸೋಮವಾರ | ○ ಹುಣ್ಣಿಮೆ



ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ವೇಳಾಪಟ್ಟಿಯನ್ವಯ ಚುಚ್ಚುಮದ್ದುಗಳನ್ನು ಕಾಲಕಾಲಕ್ಕೆ ಹಾಕಿಸಬೇಕು

22 ಮಂಗಳವಾರ

23 ಬುಧವಾರ

24 ಗುರುವಾರ

25 ಶುಕ್ರವಾರ

26 ಶನಿವಾರ | ಗಣರಾಜ್ಯೋತ್ಸವ

27 ಭಾನುವಾರ

28 ಸೋಮವಾರ

ಗರ್ಭಿಣಿಯಾದ ಕೂಡಲೇ ಬಿಪಿ, ರಕ್ತ ಪರೀಕ್ಷೆ ಹಾಗೂ ಮೂತ್ರ ಪರೀಕ್ಷೆ ಮಾಡಿಸಬೇಕು

29 ಮಂಗಳವಾರ

30 ಬುಧವಾರ | ವಿಶ್ವ ಕುಷ್ಠ ರೋಗ ನಿರ್ಮೂಲನ ದಿನಾಚರಣೆ (World Leprosy Eradication Day)

31 ಗುರುವಾರ

1 ಶುಕ್ರವಾರ

2 ಶನಿವಾರ

3 ಭಾನುವಾರ

4 ಸೋಮವಾರ | ವಿಶ್ವ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ದಿನಾಚರಣೆ (World Cancer Day) | ● ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ

5 ಮಂಗಳವಾರ

6 ಬುಧವಾರ

ನಿಶ್ಶಕ್ತಿ, ಸುಸ್ತು, ನಾಲಗೆ ಬಿಳುಚಿಕೊಳ್ಳುವುದು ರಕ್ತ ಹೀನತೆ (ಅನಿಮಿಯಾ) ಲಕ್ಷಣ

**7** ಗುರುವಾರ

**8** ಶುಕ್ರವಾರ

**9** ಶನಿವಾರ

**10** ಭಾನುವಾರ

**11** ಸೋಮವಾರ

**12** ಮಂಗಳವಾರ

**13** ಬುಧವಾರ

ತಾಯಿ ಮತ್ತು ಶಿಶುವನ್ನು ಧನುರ್ವಾಯುವಿನಿಂದ ರಕ್ಷಿಸಲು ಗರ್ಭಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಎರಡು ಚುಚ್ಚುಮದ್ದುಗಳು ಅವಶ್ಯಕ

**14** ಗುರುವಾರ

**15** ಶುಕ್ರವಾರ

**16** ಶನಿವಾರ

**17** ಭಾನುವಾರ

**18** ಸೋಮವಾರ

**19** ಮಂಗಳವಾರ | ○ ಹುಣ್ಣಿಮೆ

**20** ಬುಧವಾರ

ಗರ್ಭಿಣಿಗೆ ರಕ್ತಸ್ರಾವ ಎಂಬುದು ಅಪಾಯದ ಲಕ್ಷಣ ಯಾವುದೇ ಅಪಾಯದ ಲಕ್ಷಣಗಳಿದ್ದರೆ
ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರಕ್ಕೆ ಹೋಗಿ ಪರೀಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು

21 ಗುರುವಾರ

22 ಶುಕ್ರವಾರ

23 ಶನಿವಾರ

24 ಭಾನುವಾರ

25 ಸೋಮವಾರ

26 ಮಂಗಳವಾರ

27 ಬುಧವಾರ

28 ಗುರುವಾರ

ಬಿಸಿ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ತೊಳೆದು ಬಿಸಿಲಿನಲ್ಲಿ ಒಣಗಿಸಿದ ಬಟ್ಟೆ ಮತ್ತು ಕಂಬಳಿಗಳನ್ನು ನವಜಾತ ಶಿಶುವಿಗೆ ತೊಡಿಸಲು ಸಿದ್ಧತೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿರಬೇಕು

01 ಶುಕ್ರವಾರ

02 ಶನಿವಾರ

03 ಭಾನುವಾರ

04 ಸೋಮವಾರ

05 ಮಂಗಳವಾರ

06 ಬುಧವಾರ | ● ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ

07 ಗುರುವಾರ

**08** ಶುಕ್ರವಾರ | ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಹಿಳಾ ದಿನಾಚರಣೆ (International Women's Day)

**09** ಶನಿವಾರ

**10** ಭಾನುವಾರ

**11** ಸೋಮವಾರ | ಧೂಮಪಾನ ನಿಷೇಧ ದಿನಾಚರಣೆ (No Smoking day)

**12** ಮಂಗಳವಾರ

**13** ಬುಧವಾರ

ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಹೆರಿಗೆ ಮಾಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಸುರಕ್ಷಿತ

14 ಗುರುವಾರ

15 ಶುಕ್ರವಾರ | ವಿಶ್ವ ವಿಕಲಚೇತನ ದಿನಾಚರಣೆ (World Disabled Day)

16 ಶನಿವಾರ | ದಡಾರ ಚುಚುಮದ್ದು ದಿನಾಚರಣೆ (Measeles immunisation Day)

17 ಭಾನುವಾರ

18 ಸೋಮವಾರ

19 ಮಂಗಳವಾರ

20 ಬುಧವಾರ

21 ಗುರುವಾರ | ○ ಹುಣ್ಣಿಮೆ

22 ಶುಕ್ರವಾರ

23 ಶನಿವಾರ

24 ಭಾನುವಾರ | ವಿಶ್ವ ಕ್ಷಯ ರೋಗ ದಿನಾಚರಣೆ (World TB Day)

25 ಸೋಮವಾರ



ನಿರೀಕ್ಷಿತ ಹೆರಿಗೆ ದಿನಾಂಕದ ಆಸುಪಾಸು ಹೊಟ್ಟೆನೋವು ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡರೆ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಹೋಗಬೇಕು

26 ಮಂಗಳವಾರ

27 ಬುಧವಾರ

28 ಗುರುವಾರ

29 ಶುಕ್ರವಾರ

30 ಶನಿವಾರ

31 ಭಾನುವಾರ

# ಪ್ರಮುಖ ಮಾಹಿತಿಗಳು/ಟಿಪ್ಪಣಿ



# ತಾಯಿ-ಮಗುವಿನ ಆರೋಗ್ಯದ ಹೆಜ್ಜೆಗಳು



| | |
|---|---|
| ಪರಿಕರ ಹೆಸರು | : ಮನೆ ಆಧಾರಿತ ಕುಟುಂಬ ಕೇಂದ್ರಿತ ಸಂವಹನ ಪರಿಕರ |
| ವರ್ತನಾ ಉದ್ದೇಶ | : ಹೆರಿಗೆಗೆ ಸೂಕ್ತ ತಯಾರಿ ಮಾಡಿ ತಜ್ಞ ವೈದ್ಯರಿಂದ ಸರಿಯಾದ ಹಾಗೂ ಸಂಪೂರ್ಣ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆಯುವುದು |
| ಉದ್ದೇಶಿತ ಗುಂಪು | : ಗರ್ಭಿಣಿ, ಬಾಣಂತಿ ಹಾಗೂ ಆಕೆಯ ಕುಟುಂಬಿಕರು |
| ಬಳಸಬಹುದಾದ ಗುಂಪು | : ವ್ಯಕ್ತಿ ವ್ಯಕ್ತಿ ಅಥವಾ 2 ರಿಂದ 3 ಜನರಿರುವ ಸಣ್ಣ ಗುಂಪು |

## ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ

1. ಮೊದಲು ಉದ್ದೇಶಿತ ಮಹಿಳೆಯೊಂದಿಂದಿಗೆ ಆತ್ಮೀಯವಾಗಿ ಮಾತನಾಡಿ ಉತ್ತಮ ಬಾಂಧವ್ಯವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿ.
2. ತಾಯಿ ಮಗುವಿನ ಆರೋಗ್ಯ-ರಕ್ಷಣೆ ಕುರಿತು ಈ ಹಿಂದೆ ತಿಳಿಸಲಾದ ವಿಷಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಪುನರ್‌ಮನನ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ.
3. ಇಲ್ಲಿರುವ 12 ವಿಷಯಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಚಿತ್ರಗಳ ಸಮೇತ ಅವರಿಗೆ ವಿವರಿಸಿ.
4. ತದನಂತರ ಬಲಭಾಗದ ನೀಲಿ ಬಣ್ಣದಲ್ಲಿರುವ ಮುಖ್ಯ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ದೈಹಿಕಭಾಷೆ ಬಳಸಿ ಹೇಳಿ.
5. ಅದೇ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಉದ್ದೇಶಿತ ಮಹಿಳೆಯೊಂದಿಗೂ ದೈಹಿಕ ಭಾಷೆ ಬಳಸುವ ಮೂಲಕ ವಾಪಾಸು ಹೇಳಲು ತಿಳಿಸಿ.
6. ಈಗ ಕೇಸರಿ ಬಣ್ಣದ ಕೋಣೆಯಲ್ಲಿ ಕೇಳಲಾದ ಮುಕ್ತ ಪ್ರಶ್ನೆಯನ್ನು ಕೇಳಿ.
7. ಅವರಿಂದ ಸೂಕ್ತ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಬರಲು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಿ. ಅವರ ಉತ್ತರ ಸರಿಯಾಗಿದ್ದರೆ ಪ್ರಶಂಸಿಸಿ. ಒಂದು ವೇಳೆ ಸರಿಯಾದ ಮಾಹಿತಿ ತಿಳಿಸದಿದ್ದರೆ ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಸಾವಕಾಶವಾಗಿ ತಿಳಿಸಿ.
8. ಈಗ ಅವರು ನಿಮ್ಮ ಮಾಹಿತಿ ನೀಡಿದ ನಂತರ ವರ್ತನಾ ಬದಲಾವಣಾ ಉದ್ದೇಶದ ಬಗ್ಗೆ ಧನಾತ್ಮಕವಾಗಿ ನಿರ್ಧರಿಸಿದ್ದಾರೆಯೇ ಎಂಬುದನ್ನು ಹಸಿರು ಬಣ್ಣದ ಕೋಣೆಯ ಪ್ರಶ್ನೆಗನುಸಾರವಾಗಿ ನಮೂದಿಸಿ.
9. ಅಗತ್ಯವಿದ್ದರೆ ಇನ್ನೊಂದು ವಿಭಾಗದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಈಗ ನೀಡಿ. ಅಥವಾ ಮುಂದಿನ ಭೇಟಿಯಲ್ಲಿ ಅಗತ್ಯಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಮಾಹಿತಿ ನೀಡಿ.

## ಗಮನಿಸಬೇಕಾದ ಅಂಶಗಳು:

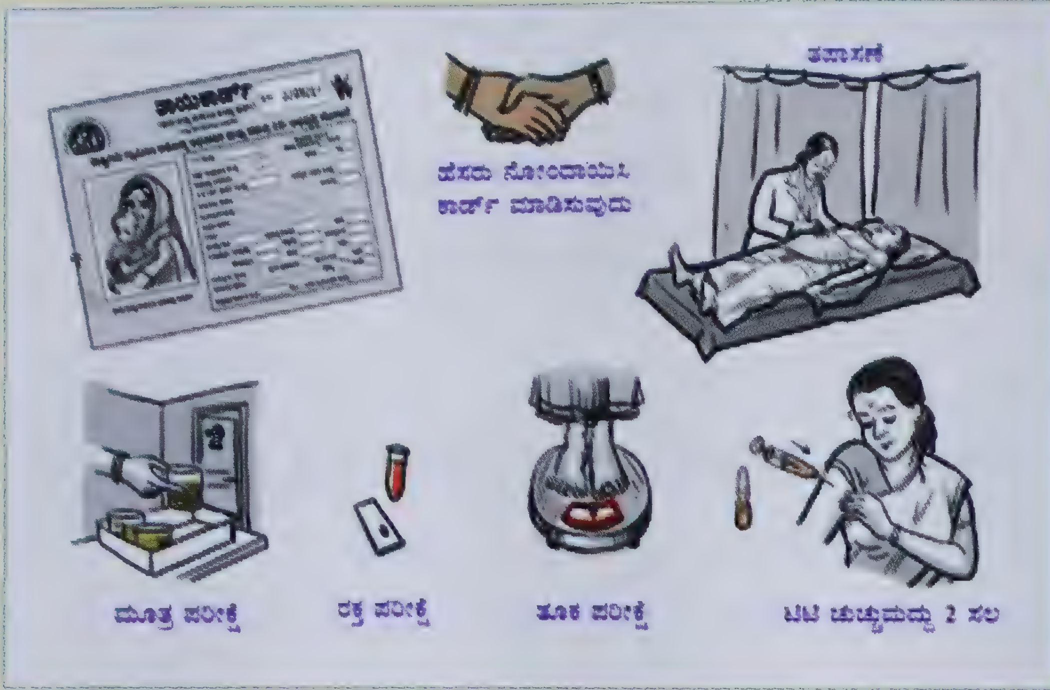
- ಎಲ್ಲಾ 12 ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಒಟ್ಟಿಗೆ ಹೇಳಬೇಡಿ.
- ದೊಡ್ಡ ಗುಂಪಿಗೆ ಇದೇ ವಿಷಯ ತಿಳಿಸಬೇಕಾದರೆ ಕ್ಯಾಲೆಂಡರ್ ಪರಿಕರ ಬಳಸಿ.
- ಸ್ಥಳೀಯವಾಗಿ ಇರುವ ಸರಳ ಉದಾಹರಣೆಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ.
- ವಿಷಯ ತಿಳಿಸಿದ ನಂತರ ಅದನ್ನು ಮಹಿಳೆಯ ಬಾಯಿಂದಲೇ ವಾಪಾಸು ಬರುತ್ತದೋ ಎಂದು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ.




# ತಾಯಿ–ಮಗುವಿನ ಆರೋಗ್ಯದ ಹೆಜ್ಜೆಗಳು




## 1. ಗರ್ಭಿಣಿ ತಪಾಸಣೆ




**ಗರ್ಭಿಣಿಯೆಂದು ಗೊತ್ತಾದ ಕೂಡಲೇ ಮಹಿಳೆ ಏನು ಮಾಡಬೇಕು ಮತ್ತು ಯಾಕೆ?**

**3 ತಿಂಗಳೊಳಗೆ ಗರ್ಭಿಣಿ ನೋಂದಣಿ**

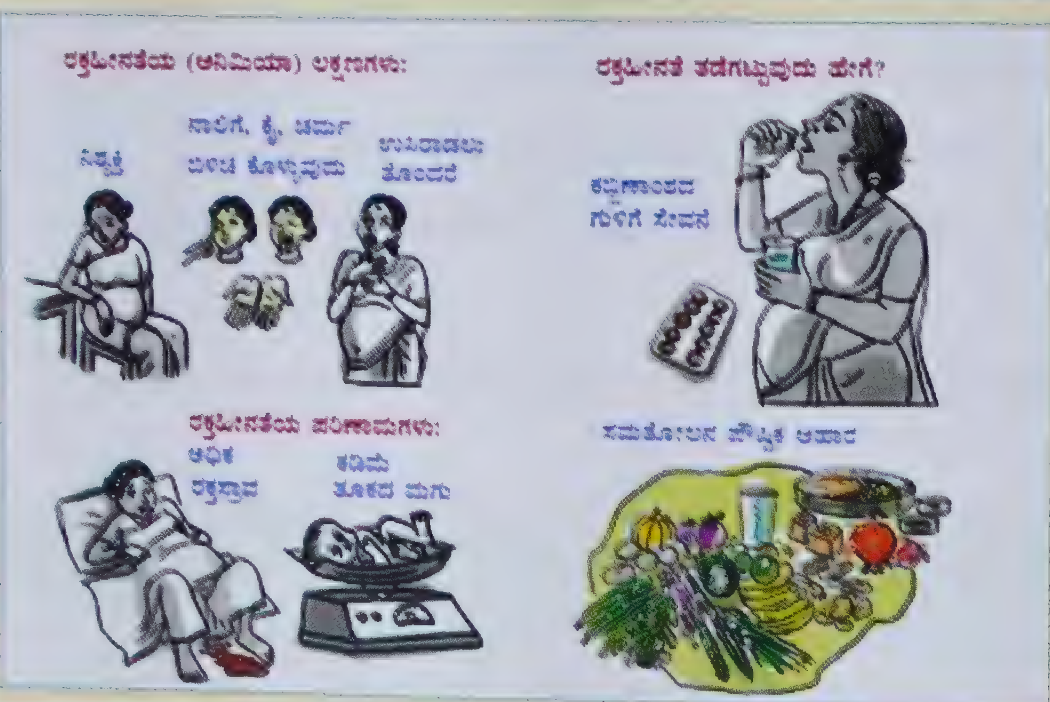
**3 ಬಾರಿ ಗರ್ಭಿಣಿ ತಪಾಸಣೆ ಮತ್ತು**

**2 ಬಾರಿ ಟಿಟಿ ಲಸಿಕೆ**

ಗರ್ಭಿಣಿ ತಪಾಸಣೆ ಮಾಡಿಸಲು ನಿರ್ಧರಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಹೌದು ಇಲ್ಲ

## 2. ಕಬ್ಬಿಣಾಂಶದ ಮಾತ್ರೆ




**ಕಬ್ಬಿಣಾಂಶದ ಮಾತ್ರೆ ನಾವೇಕೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು?**

**ಕಬ್ಬಿಣಾಂಶದ ಮಾತ್ರೆ ಸೇವನೆಯು:**

ರಕ್ತಹೀನತೆ ಹೋಗಲಾಡಿಸುತ್ತದೆ

ಹೆರಿಗೆ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ

ಆರೋಗ್ಯ ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ

ಕಬ್ಬಿಣಾಂಶದ ಮಾತ್ರೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ನಿರ್ಧರಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಹೌದು ಇಲ್ಲ



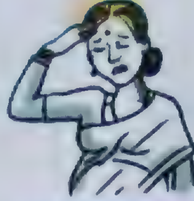

# ತಾಯಿ-ಮಗುವಿನ ಆರೋಗ್ಯದ ಹೆಜ್ಜೆಗಳು




## 3. ಗರ್ಭಿಣಿಯಲ್ಲಿ ಅಪಾಯದ ಲಕ್ಷಣಗಳು

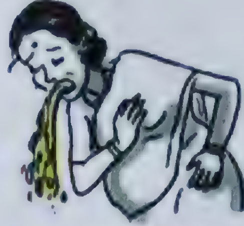

ಜ್ವರ


ಮುಖದಲ್ಲಿ ಊತ


ತೀವ್ರ ತಲೆನೋವು


ಕಣ್ಣು ಮಂಜಾಗುವುದು


ಎದೆಹಾರಿಕೆ


ಅತೀ ವಾಂತಿ


ಪದೇ ಪದೇ ಉರಿ ಮೂತ್ರ


ಫಿಟ್ಸ್


ಉಸಿರಾಟದ ತೊಂದರೆ

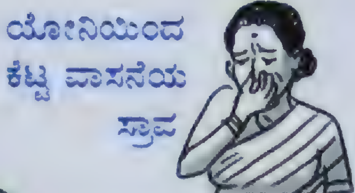

ತೀವ್ರ ಹೊಟ್ಟೆನೋವು

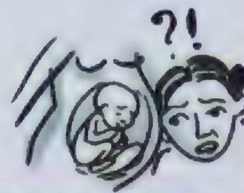

ಅವಧಿ ಪೂರ್ವ ಹೆರಿಗೆ ನೋವು


ತೀವ್ರ ನಿಶ್ಶಕ್ತಿ


ಯೋನಿಯಿಂದ ನೀರಿನ ರೂಪದ ಬಿಳಿ ಸ್ರಾವ


ಯೋನಿಯಿಂದ ರಕ್ತ


ಯೋನಿಯಿಂದ ಕೆಟ್ಟ ವಾಸನೆಯ ಸ್ರಾವ



ಭ್ರೂಣದ ಚಲನೆ ಇಲ್ಲದೆ ಇರುವುದು

**ಗರ್ಭಾವಸ್ಥೆಯ 9 ತಿಂಗಳು ಅತ್ಯಂತ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಅವಧಿ. ಈ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಕಂಡು ಬರುವ ಅಪಾಯದ ಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ ವೈದ್ಯರಿಂದ ಸೂಕ್ತ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು**

**ಗರ್ಭಿಣಿಯಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬರುವ 16 ಅಪಾಯ ಚಿಹ್ನೆಗಳು ಯಾವುವು?**
**ಅದಕ್ಕೆ ನಾವೇನು ಮಾಡಬೇಕು?**

ಅಪಾಯದ ಲಕ್ಷಣಗಳಿದ್ದಲ್ಲಿ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಹೋಗಲು ನಿರ್ಧರಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಹೌದು | ಇಲ್ಲ



# ತಾಯಿ–ಮಗುವಿನ ಆರೋಗ್ಯದ ಹೆಜ್ಜೆಗಳು




## 4. ಹೆರಿಗೆಗೆ ಸಿದ್ಧತೆ



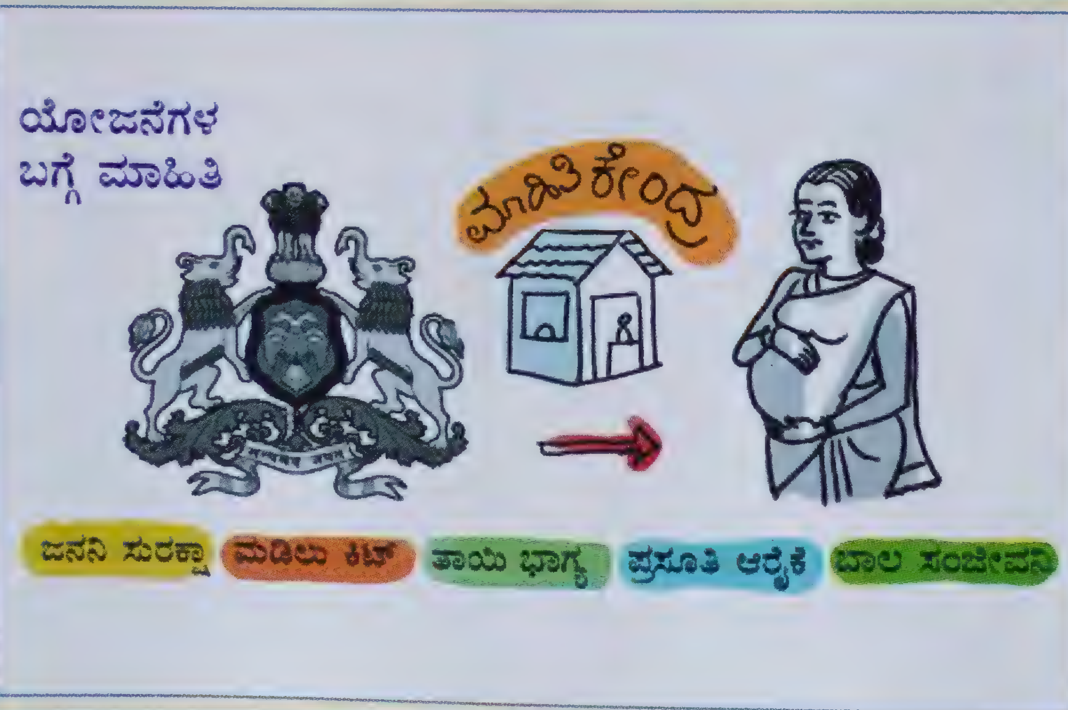

ಹೆರಿಗೆಗೆ ಏನೇನು ಸಿದ್ಧತೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು?

ಇಂದಿನ ಸಿದ್ಧತೆಯೇ ನಾಳಿನ ಭರವಸೆ. ಆಸ್ಪತ್ರೆ ಹೆರಿಗೆಗೆ ಸರಿಯಾದ ಸಿದ್ಧತೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳೋಣ.

ಹೆರಿಗೆ ಸಿದ್ಧತೆಗೆ ನಿರ್ಧರಿಸಿದ್ದಾರೆ.



## 5. ಸರಕಾರಿ ಸೌಲಭ್ಯಗಳು




ಸರ್ಕಾರದಿಂದ ಸಿಗುವಂತಹ ಸೌಲಭ್ಯಗಳಾವುವು ಮತ್ತು ಅವುಗಳ ಉಪಯೋಗಗಳೇನು?

ಸರ್ಕಾರಿ ಯೋಜನೆಗಳು ಇರುವುದು ನಮಗಾಗಿ, ಈ ಯೊಜನೆಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುವುದು ನಮ್ಮೆಲ್ಲರ ಹಕ್ಕು.

ಸರಕಾರಿ ಸೌಲಭ್ಯಗಳನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಲು ನಿರ್ಧರಿಸಿದ್ದಾರೆ.

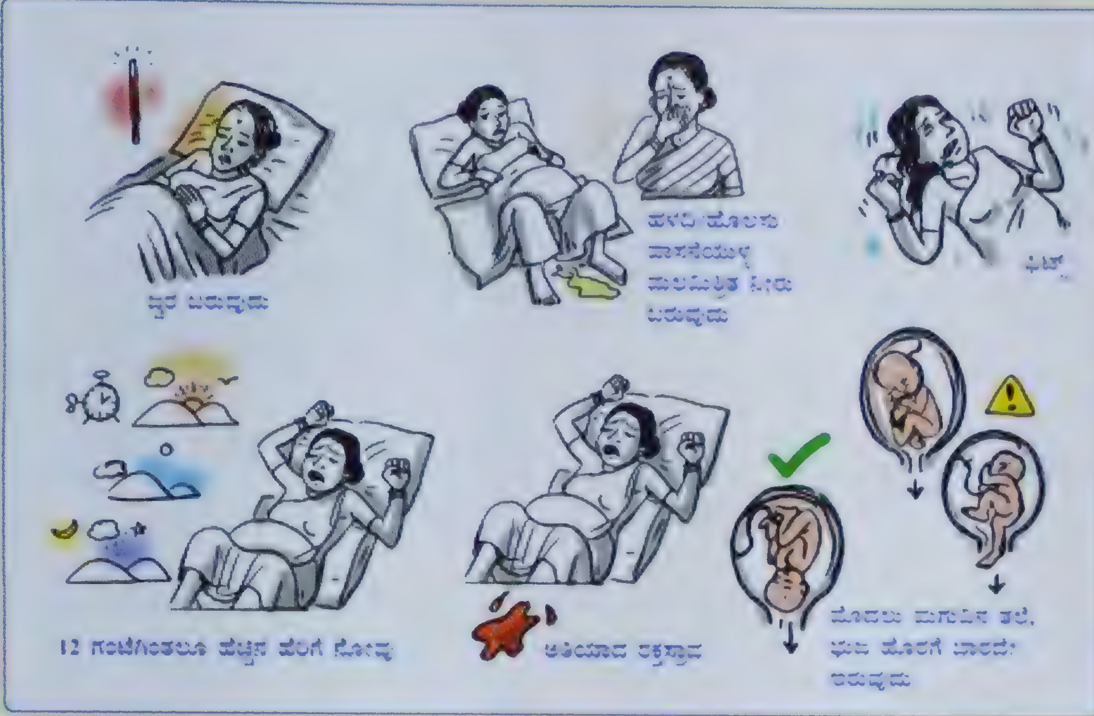




# ತಾಯಿ–ಮಗುವಿನ ಆರೋಗ್ಯದ ಹೆಜ್ಜೆಗಳು



## 6. ಪ್ರಸವ ಸಮಯದ ತೊಡಕುಗಳು

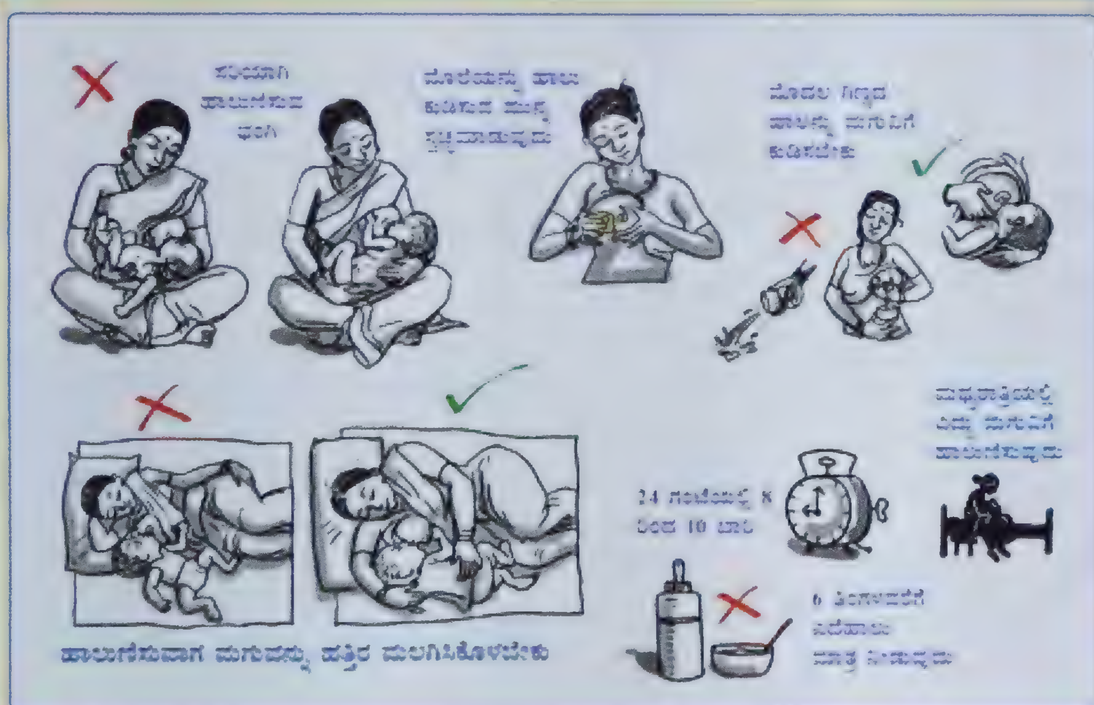


ಪ್ರಸವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ನಂತರದ 48 ಗಂಟೆಗಳಲ್ಲಿ ಕಂಡು ಬರುವ ತೊಡಕುಗಳು ಯಾವುವು? ಅದಕ್ಕೆ ನಾವೇನು ಮಾಡಬೇಕು?

ಪ್ರಸವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ನಂತರದ 48 ಗಂಟೆಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ತೊಂದರೆಗಳಾಗಬಹುದು. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಹೆರಿಗೆಯಾದ ನಂತರ 2 ದಿನ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಉಳಿಯಲೇಬೇಕು.

ಆಸ್ಪತ್ರೆ ಹೆರಿಗೆ ಮಾಡಿಸಿದ ನಂತರ 2 ದಿನ ಉಳಿಯಲು ನಿರ್ಧರಿಸಿದ್ದಾರೆ.

## 7. ಎದೆ ಹಾಲಿನ ಮಹತ್ವ



ಎದೆಹಾಲು ನೀಡುವಾಗ ನಮಗೆ ಗೊತ್ತಿರಬೇಕಾದ 6 ಅಂಶಗಳು ಯಾವುವು?

ಎದೆ ಹಾಲು ಅಮೃತ. 6 ತಿಂಗಳವರೆಗೆ ಎದೆ ಹಾಲು ಬಿಟ್ಟು ಬೇರೇನೂ ಕೊಟ್ಟರೂ ಅದು ವಿಷ.

ಎದೆಹಾಲು ನೀಡುವಾಗ 6 ಅಂಶಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸಲು ನಿರ್ಧರಿಸಿದ್ದಾರೆ.

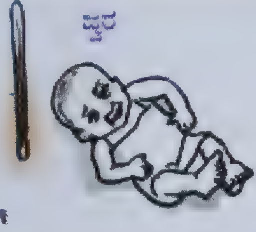



# ತಾಯಿ–ಮಗುವಿನ ಆರೋಗ್ಯದ ಹೆಜ್ಜೆಗಳು




## 8. ನವಜಾತ ಶಿಶುವಿನಲ್ಲಿ ಅಪಾಯದ ಲಕ್ಷಣಗಳು

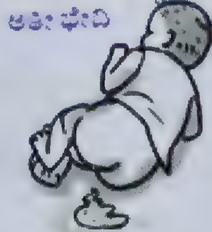
ಜ್ವರ



ಫಿಟ್ಸ್



ಅತೀ ಭೇದಿ



24 ಗಂಟೆಯಲ್ಲಿ
6 ಸಲಕ್ಕಿಂತ ಕಡಿಮೆ ಮೂತ್ರ



ಮಲದೊಂದಿಗೆ ರಕ್ತ



ಅತೀ ವಾಂತಿ



ಚಟುವಟಿಕೆ ಇಲ್ಲದೆ ಇರುವುದು



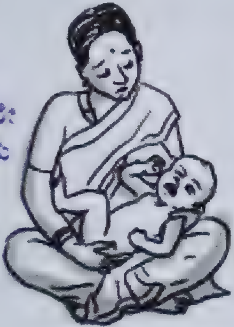
ಕೈ ಕಾಲುಗಳು
ಜೋತುಬೀಳುವುದು



ಅಳದೇ ಇರುವುದು ಅಥವಾ
ಕ್ಷೀಣವಾದ ಅಳು



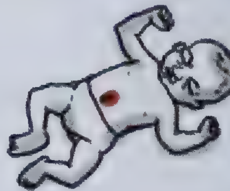
ಹಾಲು
ಕುಡಿಯದೇ
ಇರುವುದು



ಕಣ್ಣು, ಕೈ ಕಾಲು,
ಚರ್ಮ ಹಳದಿ ಆಗುವುದು



ಹೊಕ್ಕಳು ಕೆಂಪಾಗುವುದು/
ಕೀವು ಬರುವುದು



ದೇಹದ ಮಡಿಕೆಗಳು ಕೆಂಪಾಗುವುದು



ಕಣ್ಣು ಊದಿಕೊಂಡಿರುವುದು



ಕಣ್ಣಿನಲ್ಲಿ ಕೀವು ಇರುವುದು



ಉಬ್ಬಿದ ಹೊಟ್ಟೆ



ಉಸಿರಾಟದ ತೊಂದರೆ



ದೇಹದಲ್ಲೆಲ್ಲಾ ಗುಳ್ಳೆಗಳಾಗುವುದು



ಪಕ್ಕೆ ಸೆಳೆತ

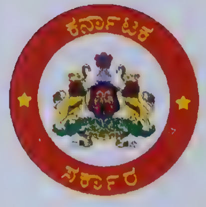


**ಹುಟ್ಟಿದ ಕೂಸು ಮಾತನಾಡಲ್ಲ, ಪ್ರಾಣಾಪಾಯವಾಗುವ ಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಕೊಡಿಸುವುದು ನಮ್ಮ ಜವಾಬ್ದಾರಿ.**

**ನವಜಾತ ಶಿಶುವಿನಲ್ಲಿ ಕಂಡು ಬರುವ 19 ಅಪಾಯದ ಚಿಹ್ನೆಗಳು ಯಾವವು? ಅದಕ್ಕೆ ನಾವೇನು ಮಾಡಬೇಕು?**

**ಅಪಾಯದ ಲಕ್ಷಣಗಳಿದ್ದಲ್ಲಿ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಹೋಗಲು ನಿರ್ಧರಿಸಿದ್ದಾರೆ.**

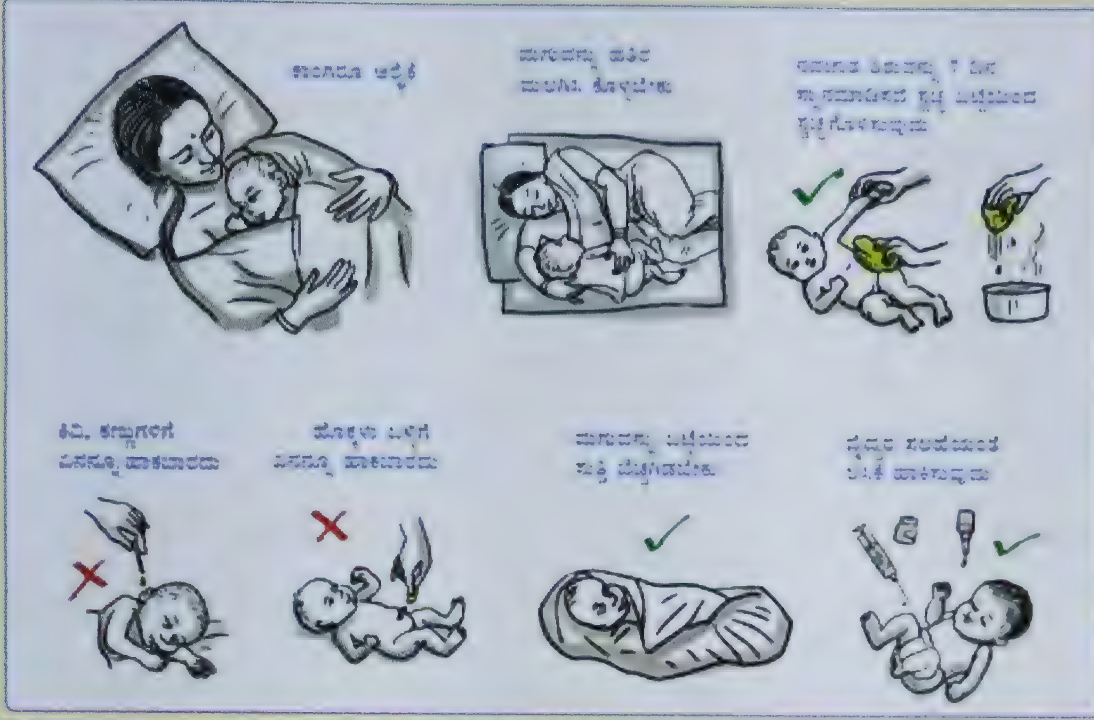
ಹೌದು | ಇಲ್ಲ



# ತಾಯಿ-ಮಗುವಿನ ಆರೋಗ್ಯದ ಹೆಜ್ಜೆಗಳು




## 9. ನವಜಾತ ಶಿಶುವಿನ ಆರೈಕೆ



**ಉತ್ತಮ ಆರೈಕೆ ರಕ್ಷಣೆ ಪ್ರತಿ ಮಗುವಿನ ಹಕ್ಕು, ಇದನ್ನು ಖಾತ್ರಿಪಡಿಸುವುದು ಎಲ್ಲರ ಜವಾಬ್ದಾರಿ.**

**ನವಜಾತ ಶಿಶುವಿನ ಆರೈಕೆ ನೀಡುವಾಗ ನಾವು ಗಮನಿಸಬೇಕಾದ 7 ಅಂಶಗಳು ಯಾವುವು?**

ನವಜಾತ ಶಿಶುವಿನ ಆರೈಕೆಯಲ್ಲಿ 7 ಅಂಶಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸಲು ನಿರ್ಧರಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಹೌದು | ಇಲ್ಲ

## 10. ಬಾಣಂತಿಯಲ್ಲಿ ಅಪಾಯದ ಲಕ್ಷಣಗಳು



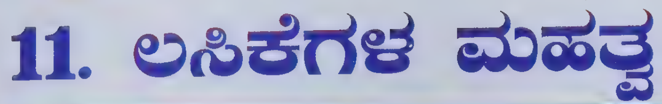

**ಹಸಿ ಬಾಣಂತಿಯ ಮೇಲೆ ಎಲ್ಲ ರೋಗಗಳ ಕಣ್ಣಿರುತ್ತವೆ. ಇವುಗಳನ್ನು ತಕ್ಷಣ ಗುರುತಿಸಿ ವೈದ್ಯರಲ್ಲಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆಯಬೇಕು.**

**ಬಾಣಂತಿಯಲ್ಲಿ ಕಂಡು ಬರುವ 11 ಅಪಾಯದ ಚಿಹ್ನೆಗಳು ಯಾವುವು? ಅದಕ್ಕೆ ನಾವೇನು ಮಾಡಬೇಕು?**

ಅಪಾಯದ ಲಕ್ಷಣಗಳಿದ್ದಲ್ಲಿ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಹೋಗಲು ನಿರ್ಧರಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಹೌದು | ಇಲ್ಲ




ಪೋಲಿಯೋ

ಧನುರ್ವಾಯು

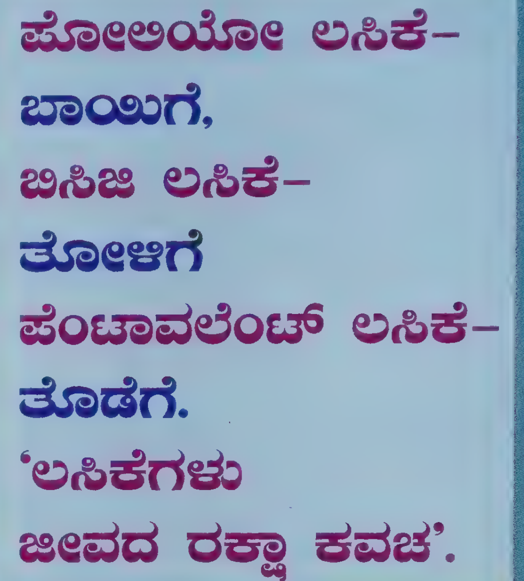
ಗಂಟಲುಮಾರಿ

ಕ್ಷಯ

ನಾಯಿಕೆಮ್ಮು

ದಡಾರ

ಹೈಪಟೈಟಸ್–ಬಿ




ಯಾವ ಯಾವ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಯಾವಾಗ ಲಸಿಕೆ ಹಾಕಿಸಬೇಕು?

ಲಸಿಕೆ ಕೊಡಲು ನಿರ್ಧರಿಸಿದ್ದಾರೆ.

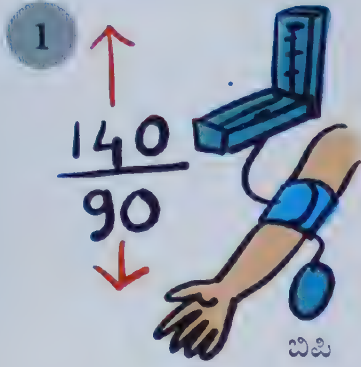
## 12. ಕುಟುಂಬ ಯೋಜನೆ

ಸಸಿಗಳ ನಡುವೆ ಅಂತರವಿರಲಿ,
ಗಂಡಿರಲಿ ಹೆಣ್ಣಿರಲಿ
ಮಕ್ಕಳ ನಡುವೆ ಅಂತರವಿರಲಿ.

ಕುಟುಂಬ ಕಲ್ಯಾಣ ಯೋಜನೆಯನ್ನು ಯಾಕೆ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು?

ಕುಟುಂಬ ಯೋಜನೆ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ನಿರ್ಧರಿಸಿದ್ದಾರೆ.

# ಗಂಡಾಂತರ ಗರ್ಭಾವಸ್ಥೆ ಮತ್ತು ಹೆರಿಗೆಯ ಸ್ಥಿತಿಗಳು

1


ಬಿಪಿ

2

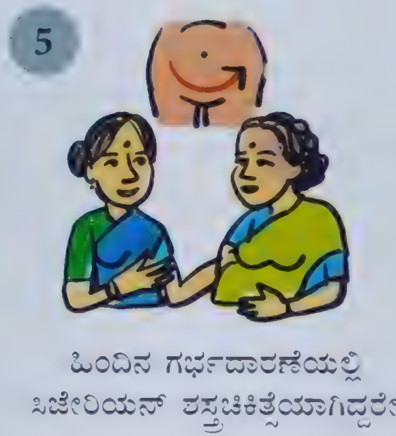
ಗರ್ಭಾಶಯ ಸೋಂಕು

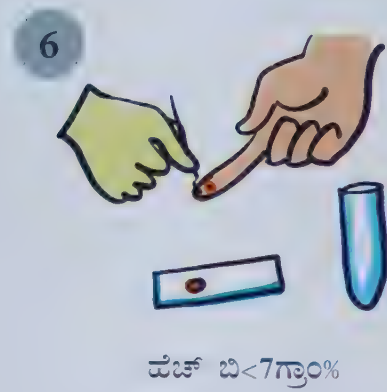
3

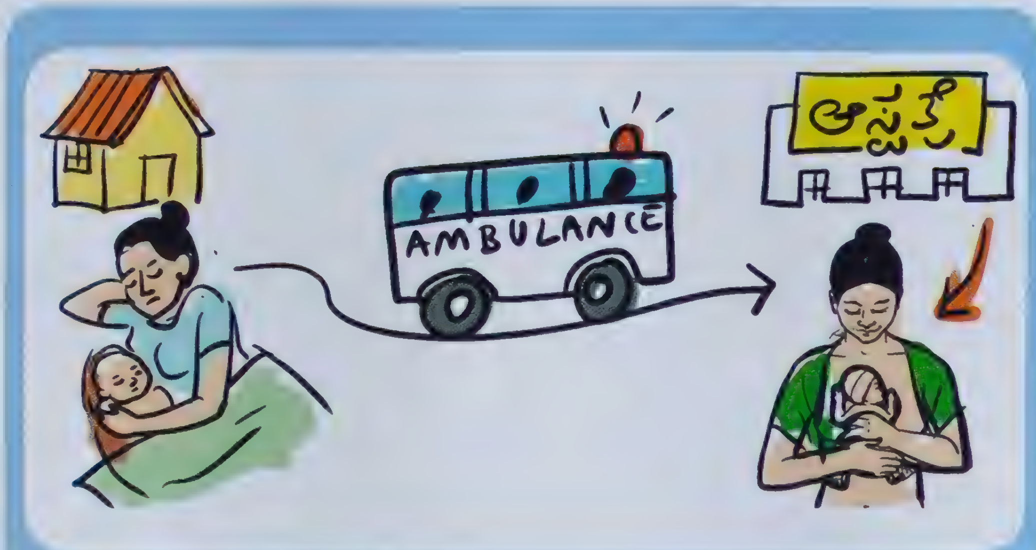

ಗಿಡ್ಡ ಮಹಿಳೆ

4

ಅವಳಿ ಮಕ್ಕಳು

5

ಹಿಂದಿನ ಗರ್ಭಧಾರಣೆಯಲ್ಲಿ
ಸಿಜೇರಿಯನ್ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಯಾಗಿದ್ದರೇ

6

ಹೆಚ್ ಬಿ<7ಗ್ರಾಂ%




**ಒಂದು ವೇಳೆ ಮನೆ ಹೆರಿಗೆಯಾದರೆ ತಕ್ಷಣವೇ ಹತ್ತಿರದ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ತೆರಳಿ ಸೂಕ್ತ ಆರೈಕೆ ಪಡೆಯಬೇಕು**

# ಅನಪೇಕ್ಷಿತ ಗರ್ಭಧಾರಣೆಯೇ ?

# ಚಿಂತಿಸಬೇಡಿ!



1½ ಒಂದೂವರೆ ತಿಂಗಳತನಕ - ಮಾತ್ರೆಯ ಮೂಲಕ

3 ಮೂರು ತಿಂಗಳ ತನಕ,
ಇದು ಸುಲಭ ಮತ್ತು ಸುರಕ್ಷಿತ

4½ ನಾಲ್ಕೂವರೆ ತಿಂಗಳ ತನಕ
ಗರ್ಭಪಾತ ಕಾನೂನು ಬದ್ಧವಾಗಿದೆ.

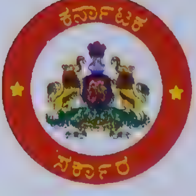
## ಗರ್ಭಪಾತವು ಎಷ್ಟು ಶೀಘ್ರವೋ ಅಷ್ಟು...

- ಸುಲಭದಾಯಕ
- ಸುರಕ್ಷಿತ
- ಸುಲಭವಾಗಿ ಲಭ್ಯ




* ಎಂ.ಟಿ.ಪಿ. ಅಧಿನಿಯಮ 1971 ರಲ್ಲಿ ನೀಡಲಾದ ನಿಯಮದ ಪ್ರಕಾರ 20 ವಾರಗಳ ವರೆಗಿನ ಗರ್ಭಾವಸ್ಥೆಯ, ಗರ್ಭಪಾತವು ಕಾನೂನು ಬದ್ಧವಾಗಿದೆ.






# ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ಲಸಿಕಾ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ




| ವಯಸ್ಸು | ಲಸಿಕೆ | ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಲಸಿಕೆಯನ್ನು ಪಡೆಯದಿದ್ದಲ್ಲಿ ಈ ಲಸಿಕೆಯನ್ನು ಯಾವ ವಯಸ್ಸಿನವರೆಗೆ ನೀಡಬಹುದು |
|---|---|---|
| ಹುಟ್ಟಿದ ಕೂಡಲೇ | ಬಿ.ಸಿ.ಜಿ<br>ಓ.ಪಿ.ವಿ – 0<br>ಹೆಪಟೈಟಿಸ್– ಬಿ (Birth Dose) | ಬಿ.ಸಿ.ಜಿ – ಒಂದು ವರ್ಷದ ವಯಸ್ಸಿನವರೆಗೆ<br>ಓ.ಪಿ.ವಿ–0 – ಹುಟ್ಟಿದ 15 ದಿನವರೆಗೆ<br>ಹೆಪಟೈಟಿಸ್–ಬಿ(Birth Dose)–ಹುಟ್ಟಿದ 24 ಗಂಟೆ ಒಳಗೆ |
| 6 ವಾರ | ಓ.ಪಿ.ವಿ–1, ಐ.ಪಿ.ವಿ–1, ಪೆಂಟಾವೆಲೆಚಟ್–1 | ಓ.ಪಿ.ವಿ – ಐದು ವರ್ಷ ವಯಸ್ಸಿನವರೆಗೆ<br>ಐ.ಪಿ.ವಿ – ಒಂದು ವರ್ಷ ವಯಸ್ಸಿನವರೆಗೆ<br>ಪೆಂಟಾವೆಲೆಂಟ್ – ಒಂದು ವರ್ಷ ವಯಸ್ಸಿನವರೆಗೆ # |
| 10 ವಾರ | ಓ.ಪಿ.ವಿ–2, ಪೆಂಟಾವೆಲೆಂಟ್2# | |
| 14 ವಾರ | ಓ.ಪಿ.ವಿ–3, ಐ.ಪಿ.ವಿ–2, ಪೆಂಟಾವೆಲೆಂಟ್3 | |
| 9 ತಿಂಗಳು | ದಡಾರ – ರುಬೆಲ್ಲಾ –1; ಜೆಇ–1 | ದಡಾರ – ರುಬೆಲ್ಲಾ ಐದು ವರ್ಷ ವಯಸ್ಸಿನವರೆಗೆ<br>ಜೆಇ – ಹದಿನೈದು ವರ್ಷ ವಯಸ್ಸಿನವರೆಗೆ * |
| 16–24 ತಿಂಗಳು | ದಡಾರ – ರುಬೆಲ್ಲಾ –2; ಜೆಇ ವರ್ಧಕ<br>ಓ.ಪಿ.ವಿ ವರ್ಧಕ; ಡಿಪಿಟಿ ವರ್ಧಕ–1 | ಡಿಪಿಟಿ – ಏಳು ವರ್ಷ ವಯಸ್ಸಿನವರೆಗೆ |
| 5–6 ವರ್ಷ | ಡಿಪಿಟಿ ವರ್ಧಕ–2 | |
| 10 ವರ್ಷ | ಟಿಟಿ | |
| 16 ವರ್ಷ | ಟಿಟಿ | |

**# ಎರಡನೇ ವರ್ಷದಲ್ಲಿ ಮೊದಲನೆಯ ಬಾರಿ ಲಸಿಕೆ ಪಡೆಯಲು ಬಂದಾಗ ಪೆಂಟಾವೆಲೆಂಟ್–1,2,3 ಬದಲಾಗಿ ಡಿಪಿಟಿ–1,2,3 ನೀಡುವುದು**

*** ಜೆಇ ಲಸಿಕೆ ಆಯ್ದ ಜಿಲ್ಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ** (ಬಳ್ಳಾರಿ, ಬೀದರ್, ಚಿಕ್ಕಬಳ್ಳಾಪುರ, ದಾವಣಗೆರೆ, ಧಾರವಾಡ, ಕೋಲಾರ, ಕೊಪ್ಪಳ, ಮಂಡ್ಯ, ರಾಯಚೂರು, ವಿಜಯಪುರ).



ಬುದ್ಧಿವಂತರಾಗಿ!
ನಿಮ್ಮ ಮಗುವಿಗೆ ಸಂಪೂರ್ಣ ಲಸಿಕೆಗಳನ್ನು ಹಾಕಿಸಿ






# ನೂತನ ಕುಟುಂಬ ಕಲ್ಯಾಣ ವಿಧಾನಗಳು




ಅಂತರ




ಈಸಿ.ಪಿಲ್




ಛಾಯಾ



Cu - 380 A



Cu - 375




ಮಾಲಾ -ಎನ್




ನಿರೋಧ್

**ಜನಸಂಖ್ಯೆಯ ಸುಸ್ಥಿರತೆಗೆ ಕುಟುಂಬ ಕಲ್ಯಾಣ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ**

# ಪ್ರಮುಖ ಮಾಹಿತಿಗಳು/ಟಿಪ್ಪಣಿ

# ಪ್ರಮುಖ ಮಾಹಿತಿಗಳು/ಟಿಪ್ಪಣಿ

# ಪ್ರಮುಖ ಮಾಹಿತಿಗಳು/ಟಿಪ್ಪಣಿ

# ಆಶಾ ಕಾರ್ಯಕ್ಷೇತ್ರಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ವಿವರ

## ಅನುಬಂಧ - 1

## ಗರ್ಭಿಣಿಗೆ ನೀಡಿದ ಸೇವೆಗಳ ವಿವರ

| ಕ್ರ ಸಂ. | ಮಹಿಳೆಯ ಹೆಸರು ಗಂಡನ ಹೆಸರು | ತಾಯಿ ಕಾರ್ಡ್ ನಂ. ಮತ್ತು ಸಿ.ಡಿ.ಎಲ್ -1 ರ ರೆಫರೆನ್ಸ್ ನಂ | ಗರ್ಭಿಣಿಯರ ತಪಾಸಣೆಗಳು | | | | ಟಿ.ಟಿ ಲಸಿಕೆ | | | ಕಬ್ಬಿಣಾಂಶದ ಮಾತ್ರೆ (180/360) | | | ಕಿ.ಮ.ಆ.ಸ ಸಹಿ |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | 1 ನೇ ತಪಾಸಣೆ ದಿನಾಂಕ | 2 ನೇ ತಪಾಸಣೆ ದಿನಾಂಕ | 3 ನೇ ತಪಾಸಣೆ ದಿನಾಂಕ | 4 ನೇ ತಪಾಸಣೆ ದಿನಾಂಕ | 1 ನೇ ಟಿ.ಟಿ ದಿನಾಂಕ | 2 ನೇ ಟಿ.ಟಿ ದಿನಾಂಕ | ಬೂಸ್ಟರ್ ಡೋಸ್ ದಿನಾಂಕ | 1 ನೇ ಭೇಟಿ | 2 ನೇ ಭೇಟಿ | 3 ನೇ ಭೇಟಿ | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |

# ಆಶಾ ಕಾರ್ಯಕ್ಷೇತ್ರಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ವಿವರ

## ಅನುಬಂಧ - 1

### ಗರ್ಭಿಣಿಗೆ ನೀಡಿದ ಸೇವೆಗಳ ವಿವರ

| ಕ್ರ. ಸಂ | ಮಹಿಳೆಯ ಹೆಸರು ಗಂಡನ ಹೆಸರು | ತಾಯಿ ಕಾರ್ಡ್ ನಂ, ಮತ್ತು ಸಿ.ಪಿ.ಎಲ್ -1 ರ ರೆಫರೆನ್ಸ್ ನಂ | ಗರ್ಭಿಣಿಯರ ತಪಾಸಣೆಗಳು | | | | ಟಿ.ಟಿ ಲಸಿಕೆ | | | ಕಬ್ಬಿಣಾಂಶದ ಮಾತ್ರೆ (180/360) | | | ಕಿ.ಮ.ಆ.ಸ ಸಹಿ |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | 1 ನೇ ತಪಾಸಣೆ ದಿನಾಂಕ | 2 ನೇ ತಪಾಸಣೆ ದಿನಾಂಕ | 3 ನೇ ತಪಾಸಣೆ ದಿನಾಂಕ | 4 ನೇ ತಪಾಸಣೆ ದಿನಾಂಕ | 1 ನೇ ಟಿ.ಟಿ ದಿನಾಂಕ | 2 ನೇ ಟಿ.ಟಿ ದಿನಾಂಕ | ಬೂಸ್ಟರ್ ಡೋಸ್ ದಿನಾಂಕ | 1 ನೇ ಭೇಟಿ | 2 ನೇ ಭೇಟಿ | 3 ನೇ ಭೇಟಿ | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |

# ಆಶಾ ಕಾರ್ಯಕ್ಷೇತ್ರಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ವಿವರ

## ಅನುಬಂಧ – 1

### ಗರ್ಭಿಣಿಗೆ ನೀಡಿದ ಸೇವೆಗಳ ವಿವರ

| ಕ್ರ. ಸಂ. | ಮಹಿಳೆಯ ಹೆಸರು ಗಂಡನ ಹೆಸರು | ತಾಯಿ ಕಾರ್ಡ್ ನಂ. ಮತ್ತು ಸಿ.ಡಿ.ಎಲ್ –1 ರ ರೆಫರೆನ್ಸ್ ನಂ | ಗರ್ಭಿಣಿಯರ ತಪಾಸಣೆಗಳು | | | | ಟಿ.ಟಿ ಲಸಿಕೆ | | | ಕಬ್ಬಿಣಾಂಶದ ಮಾತ್ರೆ (180/360) | | | ಕಿ.ಮ.ಆ.ಸ ಸಹಿ |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | 1 ನೇ ತಪಾಸಣೆ ದಿನಾಂಕ | 2 ನೇ ತಪಾಸಣೆ ದಿನಾಂಕ | 3 ನೇ ತಪಾಸಣೆ ದಿನಾಂಕ | 4 ನೇ ತಪಾಸಣೆ ದಿನಾಂಕ | 1 ನೇ ಟಿ.ಟಿ ದಿನಾಂಕ | 2 ನೇ ಟಿ.ಟಿ ದಿನಾಂಕ | ಬೂಸ್ಟರ್ ಡೋಸ್ ದಿನಾಂಕ | 1 ನೇ ಭೇಟಿ | 2 ನೇ ಭೇಟಿ | 3 ನೇ ಭೇಟಿ | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |

# ಅನುಬಂಧ – 2

## ಹೆರಿಗೆ ಮತ್ತು ಬಾಣಂತಿ ಸೇವೆಗಳ ವಿವರ

| ಕ್ರ ಸಂ | ಮಹಿಳೆಯ ಹೆಸರು ಗಂಡನ ಹೆಸರು | ತಾಯಿ ಕಾರ್ಡ್ ನಂ ಮತ್ತು ಸಿ.ಡಿ.ಎಲ್ -1 ರ ರೆಫರೆನ್ಸ್ ನಂ | ಹೆರಿಗೆಯ ದಿನಾಂಕ ಮತ್ತು ಸ್ಥಳ | ವೈದ್ಯಾಧಿಕಾರಿ/ ಶುಶ್ರೂಷಕರ' ಸಹಿ | ಬಾಣಂತಿ ತಪಾಸಣೆ ದಿನಾಂಕ | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | 0 (ಮನೆ ಹೆರಿಗೆಯಾಗಿದ್ದಲ್ಲಿ) | 3 | 7 | 14 | 21 | 28 | 42 |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |

# ಅನುಬಂಧ – 2

## ಹೆರಿಗೆ ಮತ್ತು ಬಾಣಂತಿ ಸೇವೆಗಳ ವಿವರ

| ಕ್ರ. ಸಂ | ಮಹಿಳೆಯ ಹೆಸರು ಗಂಡನ ಹೆಸರು | ತಾಯಿ ಕಾರ್ಡ್ ನಂ. ಮತ್ತು ಸಿ.ಡಿ.ಎಲ್ –1 ರ ರೆಫರೆನ್ಸ್ ನಂ | ಹೆರಿಗೆಯ ದಿನಾಂಕ ಮತ್ತು ಸ್ಥಳ | ವೈದ್ಯಾಧಿಕಾರಿ/ ಶುಶ್ರೂಷಕರ' ಸಹಿ | ಬಾಣಂತಿ ತಪಾಸಣೆ ದಿನಾಂಕ | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | 0 (ಮನೆ ಹೆರಿಗೆಯಾಗಿದ್ದಲ್ಲಿ) | 3 | 7 | 14 | 21 | 28 | 42 |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |

# ಅನುಬಂಧ - 2

## ಹೆರಿಗೆ ಮತ್ತು ಬಾಣಂತಿ ಸೇವೆಗಳ ವಿವರ

| ಕ್ರ. ಸಂ. | ಮಹಿಳೆಯ ಹೆಸರು ಗಂಡನ ಹೆಸರು | ತಾಯಿ ಕಾರ್ಡ್ ನಂ ಮತ್ತು ಸಿ.ಡಿ.ಎಲ್ -1 ರ ರೆಫರೆನ್ಸ್ ನಂ | ಹೆರಿಗೆಯ ದಿನಾಂಕ ಮತ್ತು ಸ್ಥಳ | ವೈದ್ಯಾಧಿಕಾರಿ/ ಶುಶ್ರೂಷಕರ ಸಹಿ | ಬಾಣಂತಿ ತಪಾಸಣೆ ದಿನಾಂಕ | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | 0 (ಮನೆ ಹೆರಿಗೆಯಾಗಿದ್ದಲ್ಲಿ) | 3 | 7 | 14 | 21 | 28 | 42 |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |

## ಅನುಬಂಧ – 3

### ತಾಯಿ ಮರಣದ ವಿವರ

| ಕ್ರಮ. ಸಂಖ್ಯೆ | ಮರಣ ಹೊಂದಿದ ತಾಯಿ ಹೆಸರು | ತಾಯಿ ಕಾರ್ಡ್ ಸಂಖ್ಯೆ ಮತ್ತು ಸಿ.ಡಿ.ಎಲ್ 1 ರ ರೆಫರೆನ್ಸ್ ನಂ. | ವಿಳಾಸ | ಮರಣದ ದಿನಾಂಕ ಮತ್ತು ಸಮಯ | ವೈದ್ಯಾಧಿಕಾರಿ/ ಶುಶ್ರೂಷಕರ ಸಹಿ |
|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |

### ಶಿಶು ಮರಣದ ವಿವರ

| ಕ್ರಮ. ಸಂಖ್ಯೆ | ಮರಣ ಹೊಂದಿದ ಮಗುವಿನ ಹೆಸರು | ತಾಯಿ ಕಾರ್ಡ್ ಸಂಖ್ಯೆ ಮತ್ತು ಸಿ.ಡಿ.ಎಲ್ 1 ರ ರೆಫರೆನ್ಸ್ ನಂ. | ವಿಳಾಸ | ಮರಣದ ದಿನಾಂಕ ಮತ್ತು ಸಮಯ |
|---|---|---|---|---|
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |

## ಅನುಬಂಧ – 4

### ಗರ್ಭಪಾತ (ಎಂ.ಟಿ.ಪಿ) ಪ್ರಕರಣಗಳನ್ನು ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಕರೆದುಕೊಂಡು ಹೋದ ವಿವರ

| ಕ್ರಮ. ಸಂಖ್ಯೆ | ಮಹಿಳೆ ಹೆಸರು | ವಯಸ್ಸು | ಎಷ್ಟನೇ ವಾರ | ಗರ್ಭಪಾತ ಮಾಡಿಸಿದ ಆಸ್ಪತ್ರೆ ಮತ್ತು ದಿನಾಂಕ | ಷರಾ |
|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |

# ಅನುಬಂಧ - 5

## ನವಜಾತ ಶಿಶುವಿನ ವಿಶೇಷ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಘಟಕ (SNCU)ದಲ್ಲಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಕೊಡಿಸಿದ ವಿವರ

| ಕ್ರಮ. ಸಂಖ್ಯೆ | ಮಗುವಿನ ಹೆಸರು | ಲಿಂಗ | ವಿಳಾಸ | ತಾಯಿ ಕಾರ್ಡ್ ಸಂಖ್ಯೆ ಮತ್ತು ಸಿ.ಡಿ.ಎಲ್ 1 ರ ರೆಫರೆನ್ಸ್ ನಂ. | ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಘಟಕದಿಂದ ಬಿಡುಗಡೆಯಾದ ದಿನ ಮತ್ತು ಅನುಸರಣಾ ವಿವರ |
|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |

# ಅನುಬಂಧ - 6

## ಎಸ್.ಎ. ಎಮ್ (SAM) - ಅಪೌಷ್ಟಿಕ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ ಸೇವೆ ಒದಗಿಸಿದ ವಿವರ

| ಕ್ರಮ. ಸಂಖ್ಯೆ | ಮಗುವಿನ ಹೆಸರು | ತಾಯಿ ಕಾರ್ಡ್ ಸಂಖ್ಯೆ ಮತ್ತು ಸಿ.ಡಿ.ಎಲ್ 1 ರ ರೆಫರೆನ್ಸ್ ನಂ. | ವಯಸ್ಸು ಮತ್ತು ಲಿಂಗ | ತೂಕ ಮತ್ತು ಎತ್ತರ | ವಿಳಾಸ | ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಘಟಕದಿಂದ ಬಿಡುಗಡೆಯಾದ ದಿನ ಮತ್ತು ಅನುಸರಣಾ ವಿವರ | ಅಂಗನವಾಡಿಯಿಂದ ಆಹಾರ ಕೊಡಿಸಿದ ವಿವರ |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |

# ಅನುಬಂಧ - 7

## ಚುಚ್ಚುಮದ್ದು ಹಾಕಿಸಿದ ವಿವರ

| ಕ್ರಮ ಸಂಖ್ಯೆ | ಮಗುವಿನ ಹೆಸರು | ತಾಯಿ ಕಾರ್ಡ್ ಸಂಖ್ಯೆ ಮತ್ತು ಸಿ ಡಿ ಎಲ್ 1 ರ ರೆಫರೆನ್ಸ್ ನಂ. | ಬಿ.ಸಿ.ಜಿ | 0 ಡೋಸ್ | | 1ನೇ ಡೋಸ್ | | | 2ನೇ ಡೋಸ್ | | 3ನೇ ಡೋಸ್ | | | 1ನೇ ದಡಾರ ರುಬೆಲ್ಲಾ | ವಿಟಮಿನ್ (ಎ) | 1ನೇ ಮೆದುಳು ಜ್ವರ(ಜೆ.ಇ) | ಕಿ.ಮ.ಆ.ಸ ಸಹಿ |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | ಒ.ಪಿ.ವಿ | ಹೆಪ್.ಬಿ | ಒ.ಪಿ.ವಿ | ಪೆಂಟಾವಲೆಂಟ್ | ಐ.ಪಿ.ವಿ-1 | ಒ.ಪಿ.ವಿ | ಪೆಂಟಾವಲೆಂಟ್ | ಒ.ಪಿ.ವಿ | ಪೆಂಟಾವಲೆಂಟ್ | ಐ.ಪಿ.ವಿ-2 | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |

# ಅನುಬಂಧ - 7

## ಚುಚ್ಚುಮದ್ದು ಹಾಕಿಸಿದ ವಿವರ

| ಕ್ರಮ ಸಂಖ್ಯೆ | ಮಗುವಿನ ಹೆಸರು | ತಾಯಿ ಕಾರ್ಡ್ ಸಂಖ್ಯೆ ಮತ್ತು ಸಿ.ಡಿ.ಎಲ್ 1 ರ ರೆಫರೆನ್ಸ್ ನಂ. | ಬಿ.ಸಿ.ಜಿ | 0. ಡೋಸ್ | | 1ನೇ ಡೋಸ್ | | | 2ನೇ ಡೋಸ್ | | 3ನೇ ಡೋಸ್ | | | 1ನೇ ದಡಾರ ರುಬೆಲ್ಲಾ | ವಿಟಮಿನ್ (ಎ) | 1ನೇ ಮೆದುಳು ಜ್ವರ(ಜೆ.ಇ) | ಕಿ.ಮ.ಆ.ಸ ಸಹಿ |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | ಓ.ಪಿ.ವಿ | ಹೆಪ್.ಬಿ | ಓ.ಪಿ.ವಿ | ಪೆಂಟಾವಲೆಂಟ್ | ಐ.ಪಿ.ವಿ-1 | ಓ.ಪಿ.ವಿ | ಪೆಂಟಾವಲೆಂಟ್ | ಓ.ಪಿ.ವಿ | ಪೆಂಟಾವಲೆಂಟ್ | ಐ.ಪಿ.ವಿ-2 | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |

# ಅನುಬಂಧ – 7

## ಚುಚ್ಚುಮದ್ದು ಹಾಕಿಸಿದ ವಿವರ

| ಕ್ರಮ. ಸಂಖ್ಯೆ | ಮಗುವಿನ ಹೆಸರು | ತಾಯಿ ಕಾರ್ಡ್ ಸಂಖ್ಯೆ ಮತ್ತು ಆರ್.ಸಿ.ಎಚ್ 1 ರ ರೆಫರೆನ್ಸ್ ನಂ. | ಬಿ.ಸಿ.ಜಿ | 0 ಡೋಸ್ | | 1ನೇ ಡೋಸ್ | | | 2ನೇ ಡೋಸ್ | | 3ನೇ ಡೋಸ್ | | | 1ನೇ ದಡಾರ ರುಬೆಲ್ಲಾ | ವಿಟಮಿನ್ (ಎ) | 1ನೇ ಮೆದುಳು ಜ್ವರ(ಜೆ.ಇ) | ಕಿ.ಮ.ಆ.ಸ ಸಹಿ |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | ಓ.ಪಿ.ವಿ | ಹೆಪ್.ಬಿ | ಓ.ಪಿ.ವಿ | ಪೆಂಟಾವಲೆಂಟ್ | ಐ.ಪಿ.ವಿ-1 | ಓ.ಪಿ.ವಿ | ಪೆಂಟಾವಲೆಂಟ್ | ಓ.ಪಿ.ವಿ | ಪೆಂಟಾವಲೆಂಟ್ | ಐ.ಪಿ.ವಿ-2 | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |

# ಅನುಬಂಧ -8

## ಸಂಪೂರ್ಣ ಲಸಿಕೆ ಪಡೆದಿರುವ ಮಕ್ಕಳ ವಿವರ

| ಕ್ರಮ ಸಂಖ್ಯೆ | ಮಗುವಿನ ಹೆಸರು | ತಾಯಿ ಕಾರ್ಡ್ ಸಂಖ್ಯೆ ಮತ್ತು ಸಿ.ಡಿ.ಎಲ್ 1 ರ ರೆಫರೆನ್ಸ್ ನಂ. | ಬೂಸ್ಟರ್ ಡೋಸ್ ಡಿ.ಪಿ.ಟಿ | ಓಪಿವಿ- ಬೂಸ್ಟರ್ | 2ನೇ ದಡಾರ ರುಬೆಲ್ಲಾ | 2ನೇ ಮೆದುಳು ಜ್ವರ (ಜೆ.ಇ) | ಕಿ.ಮ.ಆ.ಸ ಸಹಿ |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |

## ಅನುಬಂಧ -8

### ಸಂಪೂರ್ಣ ಲಸಿಕೆ ಪಡೆದಿರುವ ಮಕ್ಕಳ ವಿವರ

| ಕ್ರಮ ಸಂಖ್ಯೆ | ಮಗುವಿನ ಹೆಸರು | ತಾಯಿ ಕಾರ್ಡ್ ಸಂಖ್ಯೆ ಮತ್ತು ಸಿ.ಡಿ.ಎಲ್ 1 ರ ರೆಫರೆನ್ಸ್ ನಂ | ಬೂಸ್ಟರ್ ಡೋಸ್ ಡಿ.ಪಿ.ಟಿ | ಓಪಿವಿ- ಬೂಸ್ಟರ್ | 2ನೇ ದಡಾರ ರುಬೆಲ್ಲಾ | 2ನೇ ಮೆದುಳು ಜ್ವರ (ಜೆ.ಇ) | ಕಿ.ಮ.ಆ.ಸ ಸಹಿ |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |

# ಅನುಬಂಧ - 9

## ಲಸಿಕಾ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ವಿವರ

| ಕ್ರಮ. ಸಂಖ್ಯೆ | ಲಸಿಕೆ ಹಾಕಿದವರು | ಲಸಿಕೆ ಹಾಕಿಸಿದ ಸ್ಥಳ ಮತ್ತು ದಿನಾಂಕ | ಲಸಿಕೆ ಮತ್ತು ಲಸಿಕೆ ಹಾಕಿಸಿಕೊಂಡ ಮಕ್ಕಳ ಸಂಖ್ಯೆ | ಕಿ.ಮ.ಆ.ಸ ಸಹಿ |
|---|---|---|---|---|
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |

# ಅನುಬಂಧ – 10

## ಪಿ.ಪಿ.ಐ.ಯು.ಸಿ.ಡಿ/ಪಿ.ಎ.ಐ.ಯು.ಸಿ.ಡಿ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಂಡವರ ವಿವರ

| ಕ್ರಮ. ಸಂಖ್ಯೆ | ಮಹಿಳೆಯ ಹೆಸರು | ತಾಯಿ ಕಾರ್ಡ್ ಸಂಖ್ಯೆ ಮತ್ತು ಸಿ.ಡಿ.ಎಲ್ 1 ರ ರೆಫರೆನ್ಸ್ ನಂ. | ಹೆರಿಗೆಯಾದ ದಿನ | ಪಿ.ಪಿ.ಐ.ಯು.ಸಿ.ಡಿ ಹಾಕಿಸಿದ ದಿನ | ವೈದ್ಯಾಧಿಕಾರಿ/ ಶುಶ್ರೂಷಕರ ಸಹಿ |
|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |

# ಅನುಬಂಧ – 11

## ತಾತ್ಕಾಲಿಕ ಕುಟುಂಬ ಯೋಜನೆ

| ಕ್ರಮ. ಸಂಖ್ಯೆ | ಅಳವಡಿಸಿಕೊಂಡವರ ಹೆಸರು ಮತ್ತು ವಿಳಾಸ | ಲಿಂಗ ಮತ್ತು ವಯಸ್ಸು | ಮದುವೆಯ ದಿನಾಂಕ | ಅನುಸರಿಸಿದ ಅವಧಿ (ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ) | ಮಕ್ಕಳ ನಡುವಿನ ಅಂತರದ ಅವಧಿ | ಅನುಸರಿಸಿದ ವಿಧಾನ | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | [illegible] | [illegible] | [illegible] |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |

# ಅನುಬಂಧ - 12

## ಶಾಶ್ವತ ಕುಟುಂಬ ಯೋಜನೆ

| ಕ್ರಮ. ಸಂಖ್ಯೆ | ಶಾಶ್ವತ ಕುಟುಂಬ ಯೋಜನೆ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಂಡವರ ಹೆಸರು | ಲಿಂಗ ಮತ್ತು ವಯಸ್ಸು | ಸ್ಥಳ | ಶಸ್ತ್ರ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ವಿಧಾನ | ಮಾಡಿಸಿಕೊಂಡ ದಿನಾಂಕ | ವೈದ್ಯಾಧಿಕಾರಿ/ ಶುಶ್ರೂಷಕರ ಸಹಿ |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

# ಅನುಬಂಧ - 13

## ಗ್ರಾಮ ಆರೋಗ್ಯ ನೈರ್ಮಲ್ಯ ಮತ್ತು ಪೌಷ್ಟಿಕ ಆಹಾರ ಸಮಿತಿ (VHSNC) / ಮಹಿಳಾ ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಿತಿ (MAS) ಸಭೆ

| ಕ್ರಮ. ಸಂಖ್ಯೆ | ಸಭೆಯ ದಿನಾಂಕ ಮತ್ತು ಸ್ಥಳ | ಭಾಗವಹಿಸಿದವರ ಸಂಖ್ಯೆ | ಅದ್ಯಕ್ಷತೆ ವಹಿಸಿದವರ ಸಹಿ | ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ಮಾಡಿದ ಖರ್ಚು | ಚರ್ಚಿಸಿದ ವಿಷಯ |
|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |

## ಅನುಬಂಧ - 14

### ಗ್ರಾಮ/ನಗರ ಆರೋಗ್ಯ ಹಾಗೂ ಪೌಷ್ಟಿಕ ಆಹಾರ ದಿನಾಚರಣೆ (VHND) / (UHND) ಯ ವಿವರ

| ಕ್ರಮ. ಸಂಖ್ಯೆ | ಸಭೆಯ ದಿನಾಂಕ ಮತ್ತು ಸ್ಥಳ | ಭಾಗವಹಿಸಿದವರ ಸಂಖ್ಯೆ | ಚರ್ಚಿಸಿದ ವಿಷಯ | ಕಿ.ಮ.ಆ.ಸ ಸಹಿ |
|---|---|---|---|---|
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |

# ಅನುಬಂಧ – 15

## ಪಿ.ಹೆಚ್.ಸಿ ಮಾಸಿಕ ಸಭೆಯ ವಿವರ

| ಕ್ರಮ. ಸಂಖ್ಯೆ | ಸಭೆಯ ದಿನಾಂಕ | ವರದಿ ನೀಡಲಾಗಿದೆ (ಹೌದು/ ಇಲ್ಲ) | ಸ್ವೀಕರಿಸಿದವರ ಸಹಿ | ಷರಾ |
|---|---|---|---|---|
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |

## ಅನುಬಂಧ - 16

### ಜ್ವರ ಮತ್ತು ಮಲೇರಿಯಾ ಪ್ರಕರಣದ ವಿವರ

| ಸ್ಮಿಯರ್ ಸ್ಲೈಡ್ ಮಾಡಿದ ಸಂಖ್ಯೆ | ಆರ್.ಟಿ. ಕೊಟ್ಟ ಸಂಖ್ಯೆ | ಸ್ವೀಕರಿಸಿದವರ ಸಹಿ | ಷರಾ |
|---|---|---|---|
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

## ಅನುಬಂಧ – 17

### ಪರಿಷ್ಕೃತ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಕ್ಷಯ ರೋಗ ನಿಯಂತ್ರಣ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ (RNTCP)ದಡಿ ಡಾಟ್ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರಾಗಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸಿದ ವಿವರ

| ಕ್ರಮ. ಸಂಖ್ಯೆ | ಟಿ.ಬಿ.ಕಾರ್ಡ್ ಸಂಖ್ಯೆ | ಹೆಸರು | ವಯಸ್ಸು ಮತ್ತು ಲಿಂಗ | ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ ದಿನಾಂಕ | ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮುಗಿಸಿದ ದಿನಾಂಕ | ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ವಿವರ (ಕ್ಯಾಟಗರಿ – 1. ಕ್ಯಾಟಗರಿ – 2. ಡಿ.ಆರ್.ಟಿ) | ದೃಢೀಕರಿಸಿದವರು |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |

## ಅನುಬಂಧ – 18

### ಕುಷ್ಠ ರೋಗ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ವಿವರ

| ಕ್ರಮ. ಸಂಖ್ಯೆ | ಹೆಸರು | ವಯಸ್ಸು ಮತ್ತು ಲಿಂಗ | ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆದ ಕೇಂದ್ರ | ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಆರಂಭಿಸಿದ ದಿನಾಂಕ | ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮುಗಿಸಿದ ದಿನಾಂಕ | ನೀಡಿದ ಚಿಕಿತ್ಸೆ (MB/PB) | ದೃಢೀಕರಿಸಿದವರು |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |

# ಅನುಬಂಧ – 19

## ಆಶಾ ನಿರ್ವಹಿಸಬೇಕಾದ ಇತರೆ ಕೆಲಸಗಳು

| ಕ್ರಮ. ಸಂಖ್ಯೆ | ಅಯೋಡಿನ್ ಉಪ್ಪು ಜನಜಾಗೃತಿ | ಗ್ರಾಮ ಆರೋಗ್ಯ ದಾಖಲೆ ಪುಸ್ತಕ ನಿರ್ವಹಣೆ | ಗರ್ಭಿಣಿ ಫಲಾನುಭವಿ ಪಟ್ಟಿ ನವೀಕರಿಸುವುದು | ಅರ್ಹ ದಂಪತಿ ಪಟ್ಟಿ ತಯಾರಿಸುವುದು | ಚುಚ್ಚು ಮದ್ದು ಅರ್ಹ ಮಕ್ಕಳ ಪಟ್ಟಿ ತಯಾರಿಸುವುದು | ಇತರೆ |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

## ಪಲ್ಸ್ ಪೋಲಿಯೋ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಮತ್ತು ಮನೆ ಮನೆ ಸಮೀಕ್ಷೆ ವಿವರ

| ಪಲ್ಸ್‌ಪೋಲಿಯೋ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ | ಮನೆ ಮನೆ ಸಮೀಕ್ಷೆ ಮತ್ತು ನವೀಕರಿಸುವುದು |
|---|---|
| | |
| | |

# ಸಮುದಾಯ ಬೇಡಿಕೆ ಪಟ್ಟಿ

ಗರ್ಭಿಣಿ ಮಹಿಳೆಯರ ಅಂದಾಜು ಸಂಖ್ಯೆ: ಆಶಾ ಹೆಸರು: ಕಾರ್ಯಕ್ಷೇತ್ರದ ಹೆಸರು:

| | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | ಚಂದ್ರಮ್ಮ ನಂಜುಂಡಪ್ಪ ಹಾಲಪ್ಪ $A^{+ve}$ | 9 $\frac{9}{10}$ | 808659 12 $\frac{10}{10}$ | 9731918060 | 26 | SC | √ | G2,P1. A0 | 1 | | 30ತಿ | X |
| ಮೂಲ ಮಾಹಿತಿ | | | | | | | | | | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| ಕ್ರ ಸಂ | ಮಹಿಳೆಯ ಮತ್ತು ಗಂಡನ ಹೆಸರು/ ಬ್ಲಡ್ ಗ್ರೂಪ್ | ಆಶಾ CDL-1 ರಲ್ಲಿ ದಾಖಲಾತಿ ಮಾಡಿಕೊಂಡ ದಿನಾಂಕ | JHA:ಯಿಂದ ನೋಂದಾವಣೆ: ತಾಯಿ ಕಾರ್ಡ್ ಸಂ. ಮತ್ತು ನೀಡಿದ ದಿನಾಂಕ | ದೂರವಾಣಿ ವೈಯಕ್ತಿಕ (ವ), ನೆರೆಹೊರೆ (ನ) | ವಯಸ್ಸು ವರ್ಷ ಗಳಲ್ಲಿ | ಜಾತಿ SC/ST/ ಇತರೆ | BPL ಕಾರ್ಡ್ ಇದ್ದಲ್ಲಿ √, ಇಲ್ಲ X | ಒಟ್ಟು ಗರ್ಭ(G) ಒಟ್ಟು ಹೆರಿಗೆ (P) ಒಟ್ಟು ಗರ್ಭಪಾತಗಳು (೦) | ಜೀವಂತ ಮಕ್ಕಳ ಸಂಖ್ಯೆ (L) | | ಕೊನೆಯ ಮಗುವಿನ ವಯಸ್ಸು ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ | ಹಿಂದಿನ ಗರ್ಭ/ ಹೆರಿಗೆ *ಗಂಡಾಂತರ ಹೌದು √, ಇಲ್ಲ x |
| | | | | | | | | | ಗಂಡು | ಹೆಣ್ಣು | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |

# Community Demand List-CDL-1

ಪುಟ ಸಂಖ್ಯೆ :

ಹಳ್ಳಿಯ ಹೆಸರು: ಉಪಕೇಂದ್ರದ ಹೆಸರು: ಕೋಡ್:

| | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| $18\frac{5}{10}$ | $25\frac{2}{11}$ | 3 | $9\frac{10}{10}$ PHC | $6\frac{1}{10}$ PHC | $3\frac{2}{11}$ PHC | | $6\frac{10}{10}$ | $8\frac{11}{10}$ | | $30, 6\frac{10}{10}$ | $30, 8\frac{11}{10}$ | $40, 10\frac{12}{11}$ | X |

ಗರ್ಭಿಣಿ ವಿವರಗಳು

| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| L.M.P. ಕೊನೆಯ ಮುಟ್ಟಿನ ಮೊದಲನೆ ದಿನ | E.D.D. ಎಲ್. ಎಮ್.ಪಿ. +7 ದಿನ +9 ತಿಂಗಳು (ದಿನಾಂಕ) | ಎಷ್ಟನೇ ತಿಂಗಳು (ನೋಂದಣಿ ಯಾದ ದಿನಾಂಕ ದಂದು) | ಗರ್ಭಿಣಿಯರ ತಪಾಸಣೆಗಳು ದಿನಾಂಕ ಮತ್ತು ಸೇವೆ ಪಡೆದ ಸಂಸ್ಥೆಗಳು → ಪ್ರಾ.ಆ.ಕೇ/ಖಾಸಗಿ/ ಇತರೆ ಸರ್ಕಾರಿ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರ | | | | ಟಿ.ಟಿ. ಲಸಿಕೆ | | | ಕಬ್ಬಿಣಾಂಶ ಮಾತ್ರೆ ಪಡೆದ ಸಂಖ್ಯೆಗಳು ಹಾಗೂ ದಿನಾಂಕ | | | ಗಂಡಾಂತರ ಚಿನ್ಹೆಗಳು ಹೌದು √ ಇಲ್ಲ X (ವಿವರಕ್ಕೆ ಮಾರ್ಗಸೂಚಿ ನೋಡಿ) |
| | | | 1ನೇ ತಪಾಸಣೆ | 2ನೇ ತಪಾಸಣೆ | 3ನೇ ತಪಾಸಣೆ | 4ನೇ ತಪಾಸಣೆ ಗಂಡಾಂತರ ಗರ್ಭಿಣಿಯರಿಗೆ | 1ನೇ ಡೋಸ್ ದಿನಾಂಕ | 2ನೇ ಡೋಸ್ ದಿನಾಂಕ | ಬೂಸ್ಟರ್ ಡೋಸ್ ದಿನಾಂಕ | 1ನೇ ಭೇಟಿ | 2ನೇ ಭೇಟಿ | 3ನೇ ಭೇಟಿ | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |

ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರದ ಹೆಸರು: ಕೋಡ್: ತಾಲ್ಲೂಕು:

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | Private 28 $\frac{2}{11}$ | ಸಹಜ | Gowri (F) | 2800 | $3\frac{3}{11}$ | $7\frac{3}{11}$ | $14\frac{3}{11}$ | $21\frac{3}{11}$ | $28\frac{3}{11}$ | $6\frac{4}{11}$ | X | √ | $28\frac{2}{11}$ | | |
| ಬಾಣಂತಿಯ ವಿವರಗಳು | | | | | | | | | | | | | | | |
| 28 | 29 | 30 | 31 | 32 | 33 | 34 | 35 | 36 | 37 | 38 | 39 | 40 | 41 | 42 | 43 |
| | | | | | ಬಾಣಂತಿಯ ತಪಾಸಣೆ (ಹೆಚ್.ಬಿ.ಎನ್.ಸಿ ಮಾರ್ಗಸೂಚಿ ಪ್ರಕಾರ) | | | | | | ಕುಟುಂಬ ಕಲ್ಯಾಣ ಯೋಜನೆ | | | 0 ಡೋಸ್ | |
| ಕ್ರ ಸಂ | ಹೆರಿಗೆಯಾದ ದಿನಾಂಕ & ಸ್ಥಳ ಪ್ರಾ.ಆ.ಕೇ/ ಖಾಸಗಿ/ ಇತರೆ ಸರ್ಕಾರಿ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರ | ಹೆರಿಗೆಯಾದ ರೀತಿ ಸಹಜ, ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆ, ಉಪಕರಣ | ಮಗುವಿನ ಹೆಸರು ಮತ್ತು ಲಿಂಗ | ಹುಟ್ಟಿದಾಗ ತೂಕ ಗ್ರಾಂ.ಗಳಲ್ಲಿ ಬರೆಯಿರಿ | 3 | 7 | 14 | 21 | 28 | 42 | ತಾತ್ಕಾಲಿಕ ಹೌದು √, ಇಲ್ಲ X | ಶಾಶ್ವತ ಹೌದು √, ಇಲ್ಲ X | ಬಿ.ಸಿ.ಜಿ. | ಓಪಿವಿ | ಹೆಪ್ ಬಿ |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |

ಕೋಡ್: ಜಿಲ್ಲೆ: ಕೋಡ್:

| $13\frac{4}{11}$ | | | $13\frac{5}{11}$ | | $13\frac{6}{11}$ | | | $10\frac{12}{11}$ | | $10\frac{12}{11}$ | $20\frac{9}{12}$ | | | $8\frac{1}{11}$ | $30\frac{4}{11}$ | $30\frac{4}{11}$ | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ಮಗುವಿನ ಲಸಿಕಾ ವಿವರಗಳು | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 44 | 45 | 46 | 47 | 48 | 49 | 50 | 51 | 52 | 53 | 54 | 55 | 56 | 57 | 58 | 59 | 60 | 61 |
| 1ನೇ ಡೋಸ್ | | | 2ನೇ ಡೋಸ್ | | 3ನೇ ಡೋಸ್ | | | 1 ನೇ ದಡಾರ ರುಬೆಲ್ಲಾ | ವಿಟಮಿನ್ (A) | ಮೆದುಳು ಜ್ವರ (ಜೆ.ಇ.) | ಬೂಸ್ಟರ್ ಡೋಸ್ | | 2 ನೇ ದಡಾರ ರುಬೆಲ್ಲಾ | 2 ನೇ ಮೆದುಳು ಜ್ವರ | ವಲಸೆ ವಿವರ ವಲಸೆ ಹೋದ ಅಥವಾ ಬಂದ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ದಿನಾಂಕವನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ | | ಷರಾ ತಾಯಿ, ಶಿಶು ಮರಣ ಮತ್ತು ನಿರ್ಜೀವಜನನಕ್ಕೆ ಕಾರಣಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸಿ |
| ಓಪಿವಿ | ಪೆಂಟಾ ವೆಲೆಂಟ್ | ಐ.ಪಿ.ವಿ-1 | ಓಪಿವಿ | ಪೆಂಟಾ ವೆಲೆಂಟ್ | ಓಪಿವಿ | ಪೆಂಟಾ ವೆಲೆಂಟ್ | ಐ.ಪಿ.ವಿ-2 | | | | ಡಿಪಿಟಿ | ಓಪಿವಿ | | | ಹೋದವರು | ಬಂದವರು | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |

# ಸಮುದಾಯ ಬೇಡಿಕೆ ಪಟ್ಟಿ

ಗರ್ಭಿಣಿ ಮಹಿಳೆಯರ ಅಂದಾಜು ಸಂಖ್ಯೆ: ಆಶಾ ಹೆಸರು: ಕಾರ್ಯಕ್ಷೇತ್ರದ ಹೆಸರು:

| | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | ಚಂದ್ರಮ್ಮ ನಂಜುಂಡಪ್ಪ ಹಾಲಪ್ಪ A+ve | 9 $\frac{9}{10}$ | 808659 12 $\frac{10}{10}$ | 9731918060 | 26 | SC | √ | G2,P1. A0 | 1 | | 30ತಿ | X |
| ಮೂಲ ಮಾಹಿತಿ | | | | | | | | | | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| ಕ್ರ ಸಂ | ಮಹಿಳೆಯ ಮತ್ತು ಗಂಡನ *ಹೆಸರು/ ಬ್ಲಡ್ ಗ್ರೂಪ್ | ಆಶಾ CDL-1 ರಲ್ಲಿ ದಾಖಲಾತಿ ಮಾಡಿಕೊಂಡ ದಿನಾಂಕ | JHA:ಯಿಂದ ನೋಂದಾವಣೆ: ತಾಯಿ ಕಾರ್ಡ್ ಸಂ. ಮತ್ತು ನೀಡಿದ ದಿನಾಂಕ | ದೂರವಾಣಿ ವೈಯಕ್ತಿಕ (ವ), ನೆರೆಹೊರೆ (ನ) | ವಯಸ್ಸು ವರ್ಷ ಗಳಲ್ಲಿ | ಜಾತಿ SC/ST/ ಇತರೆ | BPL ಕಾರ್ಡ್ ಇದ್ದಲ್ಲಿ √, ಇಲ್ಲ X | ಒಟ್ಟು ಗರ್ಭ(G) ಒಟ್ಟು ಹೆರಿಗೆ (P) ಒಟ್ಟು ಗರ್ಭಪಾತಗಳು (೦) | ಜೀವಂತ ಮಕ್ಕಳ ಸಂಖ್ಯೆ (L) | | ಕೊನೆಯ ಮಗುವಿನ ವಯಸ್ಸು ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ | ಹಿಂದಿನ ಗರ್ಭ/ ಹೆರಿಗೆ *ಗಂಡಾಂತರ ಹೌದು √, ಇಲ್ಲ x |
| | | | | | | | | | ಗಂಡು | ಹೆಣ್ಣು | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |

# Community Demand List-CDL-1

ಪುಟ ಸಂಖ್ಯೆ :

ಹಳ್ಳಿಯ ಹೆಸರು: ಉಪಕೇಂದ್ರದ ಹೆಸರು: ಕೋಡ್:

| | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| $18\frac{5}{10}$ | $25\frac{2}{11}$ | 3 | $9\frac{10}{10}$ PHC | $6\frac{1}{10}$ PHC | $3\frac{2}{11}$ PHC | | $6\frac{10}{10}$ | $8\frac{11}{10}$ | | $30, 6\frac{10}{10}$ | $30, 8\frac{11}{10}$ | $40, 10\frac{12}{11}$ | X |

ಗರ್ಭಿಣಿ ವಿವರಗಳು

| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| L.M.P. ಕೊನೆಯ ಮುಟ್ಟಿನ ಮೊದಲನೆ ದಿನ | E.D.D. ಎಲ್. ಎಮ್.ಪಿ. +7 ದಿನ +9 ತಿಂಗಳು (ದಿನಾಂಕ) | ಎಷ್ಟನೇ ತಿಂಗಳು (ನೋಂದಣಿ ಯಾದ ದಿನಾಂಕ ದಂದು) | ಗರ್ಭಿಣಿಯರ ತಪಾಸಣೆಗಳು ದಿನಾಂಕ ಮತ್ತು ಸೇವೆ ಪಡೆದ ಸಂಸ್ಥೆಗಳು → ಪ್ರಾ.ಆ.ಕೇ/ಖಾಸಗಿ/ ಇತರೆ ಸರ್ಕಾರಿ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರ | | | | ಟಿ.ಟಿ. ಲಸಿಕೆ | | | ಕಬ್ಬಿಣಾಂಶ ಮಾತ್ರೆ ಪಡೆದ ಸಂಖ್ಯೆಗಳು ಹಾಗೂ ದಿನಾಂಕ | | | ಗಂಡಾಂತರ ಚಿನ್ಹೆಗಳು ಹೌದು √ ಇಲ್ಲ X (ವಿವರಕ್ಕೆ ಮಾರ್ಗಸೂಚಿ ನೋಡಿ) |
| | | | 1ನೇ ತಪಾಸಣೆ | 2ನೇ ತಪಾಸಣೆ | 3ನೇ ತಪಾಸಣೆ | 4ನೇ ತಪಾಸಣೆ ಗಂಡಾಂತರ ಗರ್ಭಿಣಿಯರಿಗೆ | 1ನೇ ಡೋಸ್ ದಿನಾಂಕ | 2ನೇ ಡೋಸ್ ದಿನಾಂಕ | ಬೂಸ್ಟರ್ ಡೋಸ್ ದಿನಾಂಕ | 1ನೇ ಭೇಟಿ | 2ನೇ ಭೇಟಿ | 3ನೇ ಭೇಟಿ | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |

ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರದ ಹೆಸರು: ಕೋಡ್: ತಾಲ್ಲೂಕು:

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | Private 28 $\frac{2}{11}$ | ಸಹಜ | Gowri (F) | 2800 | $3\frac{3}{11}$ | $7\frac{3}{11}$ | $14\frac{3}{11}$ | $21\frac{3}{11}$ | $28\frac{3}{11}$ | $6\frac{4}{11}$ | X | √ | $28\frac{2}{11}$ | | |
| ಬಾಣಂತಿಯ ವಿವರಗಳು | | | | | | | | | | | | | | | |
| 28 | 29 | 30 | 31 | 32 | 33 | 34 | 35 | 36 | 37 | 38 | 39 | 40 | 41 | 42 | 43 |
| | | | | | ಬಾಣಂತಿಯ ತಪಾಸಣೆ (ಹೆಚ್.ಬಿ.ಎನ್.ಸಿ ಮಾರ್ಗಸೂಚಿ ಪ್ರಕಾರ) | | | | | | ಕುಟುಂಬ ಕಲ್ಯಾಣ ಯೋಜನೆ | | | 0 ಡೋಸ್ | |
| ಕ್ರ. ಸಂ | ಹೆರಿಗೆಯಾದ ದಿನಾಂಕ & ಸ್ಥಳ ಪ್ರಾ.ಆ.ಕೇ/ ಖಾಸಗಿ/ ಇತರೆ ಸರ್ಕಾರಿ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರ | ಹೆರಿಗೆಯಾದ ರೀತಿ ಸಹಜ, ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆ, ಉಪಕರಣ | ಮಗುವಿನ ಹೆಸರು ಮತ್ತು ಲಿಂಗ | ಹುಟ್ಟಿದಾಗ ತೂಕ ಗ್ರಾಂ.ಗಳಲ್ಲಿ ಬರೆಯಿರಿ | 3 | 7 | 14 | 21 | 28 | 42 | ತಾತ್ಕಾಲಿಕ ಹೌದು √, ಇಲ್ಲ X | ಶಾಶ್ವತ ಹೌದು √, ಇಲ್ಲ X | ಬಿ.ಸಿ.ಜಿ. | ಓಪಿವಿ | ಹೆಪ್ ಬಿ |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |

ಕೋಡ್: ಜಿಲ್ಲೆ: ಕೋಡ್:

| $13\frac{4}{11}$ | | | $13\frac{5}{11}$ | | $13\frac{6}{11}$ | | | $10\frac{12}{11}$ | | $10\frac{12}{11}$ | $20\frac{9}{12}$ | | | $8\frac{1}{11}$ | $30\frac{4}{11}$ | $30\frac{4}{11}$ | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ಮಗುವಿನ ಲಸಿಕಾ ವಿವರಗಳು | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 44 | 45 | 46 | 47 | 48 | 49 | 50 | 51 | 52 | 53 | 54 | 55 | 56 | 57 | 58 | 59 | 60 | 61 |
| 1ನೇ ಡೋಸ್ | | | 2ನೇ ಡೋಸ್ | | 3ನೇ ಡೋಸ್ | | | 1 ನೇ ದಡಾರ ರುಬೆಲ್ಲಾ | ವಿಟಮಿನ್ (A) | ಮೆದುಳು ಜ್ವರ (ಜೆ.ಇ.) | ಬೂಸ್ಟರ್ ಡೋಸ್ | | 2 ನೇ ದಡಾರ ರುಬೆಲ್ಲಾ | 2 ನೇ ಮೆದುಳು ಜ್ವರ | ವಲಸೆ ವಿವರ ವಲಸೆ ಹೋದ ಅಥವಾ ಬಂದ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ದಿನಾಂಕವನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ | | ಪರಾ ತಾಯಿ, ಶಿಶು ಮರಣ ಮತ್ತು ನಿರ್ಜೀವಜನನಕ್ಕೆ ಕಾರಣಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸಿ |
| ಓಪಿವಿ | ಪೆಂಟಾ ವೆಲೆಂಟ್ | ಐ.ಪಿ.ವಿ-1 | ಓಪಿವಿ | ಪೆಂಟಾ ವೆಲೆಂಟ್ | ಓಪಿವಿ | ಪೆಂಟಾ ವೆಲೆಂಟ್ | ಐ.ಪಿ.ವಿ-2 | | | | ಡಿಪಿಟಿ | ಓಪಿವಿ | | | ಹೋದವರು | ಬಂದವರು | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |

# ಸಮುದಾಯ ಬೇಡಿಕೆ ಪಟ್ಟಿ

ಗರ್ಭಿಣಿ ಮಹಿಳೆಯರ ಅಂದಾಜು ಸಂಖ್ಯೆ: ಆಶಾ ಹೆಸರು: ಕಾರ್ಯಕ್ಷೇತ್ರದ ಹೆಸರು:

| | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | ಚಂದ್ರಮ್ಮ ನಂಜುಂಡಪ್ಪ ಹಾಲಪ್ಪ $A^{+ve}$ | 9 $\frac{9}{10}$ | 808659 12 $\frac{10}{10}$ | 9731918060 | 26 | SC | √ | G2,P1. A0 | 1 | | 30ತಿ | X |
| ಮೂಲ ಮಾಹಿತಿ | | | | | | | | | | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| ಕ್ರ. ಸಂ | ಮಹಿಳೆಯ ಮತ್ತು ಗಂಡನ ಹೆಸರು/ ಬ್ಲಡ್ ಗ್ರೂಪ್ | ಆಶಾ CDL-1 ರಲ್ಲಿ ದಾಖಲಾತಿ ಮಾಡಿಕೊಂಡ ದಿನಾಂಕ | JHA:ಯಿಂದ ನೋಂದಾವಣೆ: ತಾಯಿ ಕಾರ್ಡ್ ಸಂ. ಮತ್ತು ನೀಡಿದ ದಿನಾಂಕ | ದೂರವಾಣಿ ವೈಯಕ್ತಿಕ (ವ), ನೆರೆಹೊರೆ (ನ) | ವಯಸ್ಸು ವರ್ಷ ಗಳಲ್ಲಿ | ಜಾತಿ SC/ST/ ಇತರೆ | BPL ಕಾರ್ಡ್ ಇದ್ದಲ್ಲಿ √, ಇಲ್ಲ X | ಒಟ್ಟು ಗರ್ಭ(G) ಒಟ್ಟು ಹೆರಿಗೆ (P) ಒಟ್ಟು ಗರ್ಭಪಾತಗಳು (೦) | ಜೀವಂತ ಮಕ್ಕಳ ಸಂಖ್ಯೆ (L) | | ಕೊನೆಯ ಮಗುವಿನ ವಯಸ್ಸು ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ | ಹಿಂದಿನ ಗರ್ಭ/ ಹೆರಿಗೆ *ಗಂಡಾಂತರ ಹೌದು √, ಇಲ್ಲ x |
| | | | | | | | | | ಗಂಡು | ಹೆಣ್ಣು | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |

# Community Demand List-CDL-1

ಪುಟ ಸಂಖ್ಯೆ :

ಹಳ್ಳಿಯ ಹೆಸರು: ಉಪಕೇಂದ್ರದ ಹೆಸರು: ಕೋಡ್:

| | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| $18\frac{5}{10}$ | $25\frac{2}{11}$ | 3 | $9\frac{10}{10}$PHC | $6\frac{1}{10}$PHC | $3\frac{2}{11}$ PHC | | $6\frac{10}{10}$ | $8\frac{11}{10}$ | | $30, 6\frac{10}{10}$ | $30, 8\frac{11}{10}$ | $40, 10\frac{12}{11}$ | X |
| ಗರ್ಭಿಣಿ ವಿವರಗಳು | | | | | | | | | | | | | |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| L.M.P. ಕೊನೆಯ ಮುಟ್ಟಿನ ಮೊದಲನೆ ದಿನ | E.D.D. ಎಲ್. ಎಮ್.ಪಿ. +7 ದಿನ +9 ತಿಂಗಳು (ದಿನಾಂಕ) | ಎಷ್ಟನೇ ತಿಂಗಳು (ನೋಂದಣಿ ಯಾದ ದಿನಾಂಕ ದಂದು) | ಗರ್ಭಿಣಿಯರ ತಪಾಸಣೆಗಳು ದಿನಾಂಕ ಮತ್ತು ಸೇವೆ ಪಡೆದ ಸಂಸ್ಥೆಗಳು → ಪ್ರಾ.ಆ.ಕೇ/ಖಾಸಗಿ/ ಇತರೆ ಸರ್ಕಾರಿ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರ | | | | ಟಿ.ಟಿ. ಲಸಿಕೆ | | | ಕಬ್ಬಿಣಾಂಶ ಮಾತ್ರೆ ಪಡೆದ ಸಂಖ್ಯೆಗಳು ಹಾಗೂ ದಿನಾಂಕ | | | ಗಂಡಾಂತರ ಚಿನ್ಹೆಗಳು ಹೌದು √ ಇಲ್ಲ x (ವಿವರಕ್ಕೆ ಮಾರ್ಗಸೂಚಿ ನೋಡಿ) |
| | | | 1ನೇ ತಪಾಸಣೆ | 2ನೇ ತಪಾಸಣೆ | 3ನೇ ತಪಾಸಣೆ | 4ನೇ ತಪಾಸಣೆ ಗಂಡಾಂತರ ಗರ್ಭಿಣಿಯರಿಗೆ | 1ನೇ ಡೋಸ್ ದಿನಾಂಕ | 2ನೇ ಡೋಸ್ ದಿನಾಂಕ | ಬೂಸ್ಟರ್ ಡೋಸ್ ದಿನಾಂಕ | 1ನೇ ಭೇಟಿ | 2ನೇ ಭೇಟಿ | 3ನೇ ಭೇಟಿ | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |

ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರದ ಹೆಸರು: ಕೋಡ್: ತಾಲ್ಲೂಕು:

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | Private 28 $\frac{2}{11}$ | ಸಹಜ | Gowri (F) | 2800 | $3\frac{3}{11}$ | $7\frac{3}{11}$ | $14\frac{3}{11}$ | $21\frac{3}{11}$ | $28\frac{3}{11}$ | $6\frac{4}{11}$ | X | √ | $28\frac{2}{11}$ | | |
| ಬಾಣಂತಿಯ ವಿವರಗಳು | | | | | | | | | | | | | | | |
| 28 | 29 | 30 | 31 | 32 | 33 | 34 | 35 | 36 | 37 | 38 | 39 | 40 | 41 | 42 | 43 |
| ಕ್ರ. ಸಂ | ಹೆರಿಗೆಯಾದ ದಿನಾಂಕ & ಸ್ಥಳ ಪ್ರಾ.ಆ.ಕೇ/ ಖಾಸಗಿ/ ಇತರೆ ಸರ್ಕಾರಿ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರ | ಹೆರಿಗೆಯಾದ ರೀತಿ ಸಹಜ, ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆ, ಉಪಕರಣ | ಮಗುವಿನ ಹೆಸರು ಮತ್ತು ಲಿಂಗ | ಹುಟ್ಟಿದಾಗ ತೂಕ ಗ್ರಾಂ.ಗಳಲ್ಲಿ ಬರೆಯಿರಿ | ಬಾಣಂತಿಯ ತಪಾಸಣೆ (ಹೆಚ್.ಬಿ.ಎನ್.ಸಿ ಮಾರ್ಗಸೂಚಿ ಪ್ರಕಾರ) | | | | | | ಕುಟುಂಬ ಕಲ್ಯಾಣ ಯೋಜನೆ | | ಬಿ.ಸಿ.ಜಿ. | 0 ಡೋಸ್ | |
| | | | | | 3 | 7 | 14 | 21 | 28 | 42 | ತಾತ್ಕಾಲಿಕ ಹೌದು √, ಇಲ್ಲ X | ಶಾಶ್ವತ ಹೌದು √, ಇಲ್ಲ X | | ಓಪಿವಿ | ಹೆಪ್ ಬಿ |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |

ಕೋಡ್: ಜಿಲ್ಲೆ: ಕೋಡ್:

| $13\frac{4}{11}$ | | | $13\frac{5}{11}$ | | $13\frac{6}{11}$ | | | $10\frac{12}{11}$ | | $10\frac{12}{11}$ | $20\frac{9}{12}$ | | | $8\frac{1}{11}$ | $30\frac{4}{11}$ | $30\frac{4}{11}$ | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ಮಗುವಿನ ಲಸಿಕಾ ವಿವರಗಳು | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 44 | 45 | 46 | 47 | 48 | 49 | 50 | 51 | 52 | 53 | 54 | 55 | 56 | 57 | 58 | 59 | 60 | 61 |
| 1ನೇ ಡೋಸ್ | | | 2ನೇ ಡೋಸ್ | | 3ನೇ ಡೋಸ್ | | | 1 ನೇ ದಡಾರ ರುಬೆಲ್ಲಾ | ವಿಟಮಿನ್ (A) | ಮೆದುಳು ಜ್ವರ (ಜೆ.ಇ.) | ಬೂಸ್ಟರ್ ಡೋಸ್ | | 2 ನೇ ದಡಾರ ರುಬೆಲ್ಲಾ | 2 ನೇ ಮೆದುಳು ಜ್ವರ | ವಲಸೆ ವಿವರ ವಲಸೆ ಹೋದ ಅಥವಾ ಬಂದ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ದಿನಾಂಕವನ್ನು, ಬರೆಯಿರಿ | | ಪರಾ ತಾಯಿ, ಶಿಶು ಮರಣ ಮತ್ತು ನಿರ್ಜೀವಜನನಕ್ಕೆ ಕಾರಣಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸಿ |
| ಒಪಿವಿ | ಪೆಂಟಾ ವೆಲೆಂಟ್ | ಐ.ಪಿ.ವಿ-1 | ಒಪಿವಿ | ಪೆಂಟಾ ವೆಲೆಂಟ್ | ಒಪಿವಿ | ಪೆಂಟಾ ವೆಲೆಂಟ್ | ಐ.ಪಿ.ವಿ-2 | | | | ಡಿಪಿಟಿ | ಒಪಿವಿ | | | ಹೋದವರು | ಬಂದವರು | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |

# ಸಮುದಾಯ ಬೇಡಿಕೆ ಪಟ್ಟಿ

ಗರ್ಭಿಣಿ ಮಹಿಳೆಯರ ಅಂದಾಜು ಸಂಖ್ಯೆ: ಆಶಾ ಹೆಸರು: ಕಾರ್ಯಕ್ಷೇತ್ರದ ಹೆಸರು:

| | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | ಚಂದ್ರಮ್ಮ ನಂಜುಂಡಪ್ಪ ಹಾಲಪ್ಪ $A^{+ve}$ | $9\ \frac{9}{10}$ | 808659 $12\ \frac{10}{10}$ | 9731918060 | 26 | SC | √ | G2,P1. A0 | 1 | | 30ತಿ | X |
| ಮೂಲ ಮಾಹಿತಿ | | | | | | | | | | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| ಕ್ರ. ಸಂ | ಮಹಿಳೆಯ ಮತ್ತು ಗಂಡನ ಹೆಸರು/ ಬ್ಲಡ್ ಗ್ರೂಪ್ | ಆಶಾ CDL-1 ರಲ್ಲಿ ದಾಖಲಾತಿ ಮಾಡಿಕೊಂಡ ದಿನಾಂಕ | JHA:ಯಿಂದ ನೋಂದಾವಣೆ: ತಾಯಿ ಕಾರ್ಡ್ ಸಂ. ಮತ್ತು ನೀಡಿದ ದಿನಾಂಕ | ದೂರವಾಣಿ ವೈಯಕ್ತಿಕ (ವ), ನೆರೆಹೊರೆ (ನ) | ವಯಸ್ಸು ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ | ಜಾತಿ SC/ST/ ಇತರೆ | BPL ಕಾರ್ಡ್ ಇದ್ದಲ್ಲಿ √, ಇಲ್ಲ X | ಒಟ್ಟು ಗರ್ಭ(G) ಒಟ್ಟು ಹೆರಿಗೆ (P) ಒಟ್ಟು ಗರ್ಭಪಾತಗಳು (೦) | ಜೀವಂತ ಮಕ್ಕಳ ಸಂಖ್ಯೆ (L) | | ಕೊನೆಯ ಮಗುವಿನ ವಯಸ್ಸು ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ | ಹಿಂದಿನ ಗರ್ಭ/ ಹೆರಿಗೆ *ಗಂಡಾಂತರ ಹೌದು √, ಇಲ್ಲ x |
| | | | | | | | | | ಗಂಡು | ಹೆಣ್ಣು | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |

# Community Demand List-CDL-1

ಪುಟ ಸಂಖ್ಯೆ :

ಹಳ್ಳಿಯ ಹೆಸರು: ಉಪಕೇಂದ್ರದ ಹೆಸರು: ಕೋಡ್:

| | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| $18\frac{5}{10}$ | $25\frac{2}{11}$ | 3 | $9\frac{10}{10}$ PHC | $6\frac{1}{10}$ PHC | $3\frac{2}{11}$ PHC | | $6\frac{10}{10}$ | $8\frac{11}{10}$ | | $30, 6\frac{10}{10}$ | $30, 8\frac{11}{10}$ | $40, 10\frac{12}{11}$ | X |

ಗರ್ಭಿಣಿ ವಿವರಗಳು

| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| L.M.P. ಕೊನೆಯ ಮುಟ್ಟಿನ ಮೊದಲನೆ ದಿನ | E.D.D. ಎಲ್. ಎಮ್.ಪಿ. +7 ದಿನ +9 ತಿಂಗಳು (ದಿನಾಂಕ) | ಎಷ್ಟನೇ ತಿಂಗಳು (ನೋಂದಣಿ ಯಾದ ದಿನಾಂಕದಂದು) | ಗರ್ಭಿಣಿಯರ ತಪಾಸಣೆಗಳು ದಿನಾಂಕ ಮತ್ತು ಸೇವೆ ಪಡೆದ ಸಂಸ್ಥೆಗಳು → ಪ್ರಾ.ಆ.ಕೇ/ಖಾಸಗಿ/ ಇತರೆ ಸರ್ಕಾರಿ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರ | | | | ಟಿ.ಟಿ. ಲಸಿಕೆ | | | ಕಬ್ಬಿಣಾಂಶ ಮಾತ್ರೆ ಪಡೆದ ಸಂಖ್ಯೆಗಳು ಹಾಗೂ ದಿನಾಂಕ | | | ಗಂಡಾಂತರ ಚಿನ್ಹೆಗಳು ಹೌದು √ ಇಲ್ಲ x (ವಿವರಕ್ಕೆ ಮಾರ್ಗಸೂಚಿ ನೋಡಿ) |
| | | | 1ನೇ ತಪಾಸಣೆ | 2ನೇ ತಪಾಸಣೆ | 3ನೇ ತಪಾಸಣೆ | 4ನೇ ತಪಾಸಣೆ ಗಂಡಾಂತರ ಗರ್ಭಿಣಿಯರಿಗೆ | 1ನೇ ಡೋಸ್ ದಿನಾಂಕ | 2ನೇ ಡೋಸ್ ದಿನಾಂಕ | ಬೂಸ್ಟರ್ ಡೋಸ್ ದಿನಾಂಕ | 1ನೇ ಭೇಟಿ | 2ನೇ ಭೇಟಿ | 3ನೇ ಭೇಟಿ | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |

ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರದ ಹೆಸರು: ಕೋಡ್: ತಾಲ್ಲೂಕು:

| | Private $28\frac{2}{11}$ | ಸಹಜ | Gowri (F) | 2800 | $3\frac{3}{11}$ | $7\frac{3}{11}$ | $14\frac{3}{11}$ | $21\frac{3}{11}$ | $28\frac{3}{11}$ | $6\frac{4}{11}$ | X | √ | $28\frac{2}{11}$ | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ಬಾಣಂತಿಯ ವಿವರಗಳು | | | | | | | | | | | | | | | |
| 28 | 29 | 30 | 31 | 32 | 33 | 34 | 35 | 36 | 37 | 38 | 39 | 40 | 41 | 42 | 43 |
| ಕ್ರ. ಸಂ | ಹೆರಿಗೆಯಾದ ದಿನಾಂಕ & ಸ್ಥಳ ಪ್ರಾ.ಆ.ಕೇ/ ಖಾಸಗಿ/ ಇತರೆ ಸರ್ಕಾರಿ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರ | ಹೆರಿಗೆಯಾದ ರೀತಿ ಸಹಜ, ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆ, ಉಪಕರಣ | ಮಗುವಿನ ಹೆಸರು ಮತ್ತು ಲಿಂಗ | ಹುಟ್ಟಿದಾಗ ತೂಕ ಗ್ರಾಂ.ಗಳಲ್ಲಿ ಬರೆಯಿರಿ | ಬಾಣಂತಿಯ ತಪಾಸಣೆ (ಹೆಚ್.ಬಿ.ಎನ್.ಸಿ ಮಾರ್ಗಸೂಚಿ ಪ್ರಕಾರ) | | | | | | ಕುಟುಂಬ ಕಲ್ಯಾಣ ಯೋಜನೆ | | ಬಿ.ಸಿ.ಜಿ. | 0 ಡೋಸ್ | |
| | | | | | 3 | 7 | 14 | 21 | 28 | 42 | ತಾತ್ಕಾಲಿಕ ಹೌದು √, ಇಲ್ಲ X | ಶಾಶ್ವತ ಹೌದು √, ಇಲ್ಲ X | | ಓಪಿವಿ | ಹೆಪ್ ಬಿ |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |

ಕೋಡ್: ಜಿಲ್ಲೆ: ಕೋಡ್:

| $13\frac{4}{11}$ | | | $13\frac{5}{11}$ | | $13\frac{6}{11}$ | | | $10\frac{12}{11}$ | | $10\frac{12}{11}$ | $20\frac{9}{12}$ | | | $8\frac{1}{11}$ | $30\frac{4}{11}$ | $30\frac{4}{11}$ | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ಮಗುವಿನ ಲಸಿಕಾ ವಿವರಗಳು | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 44 | 45 | 46 | 47 | 48 | 49 | 50 | 51 | 52 | 53 | 54 | 55 | 56 | 57 | 58 | 59 | 60 | 61 |
| 1ನೇ ಡೋಸ್ | | | 2ನೇ ಡೋಸ್ | | 3ನೇ ಡೋಸ್ | | | 1 ನೇ ದಡಾರ ರುಬೆಲ್ಲಾ | ವಿಟಮಿನ್ (A) | ಮೆದುಳು ಜ್ವರ (ಜೆ.ಇ.) | ಬೂಸ್ಟರ್ ಡೋಸ್ | | 2 ನೇ ದಡಾರ ರುಬೆಲ್ಲಾ | 2 ನೇ ಮೆದುಳು ಜ್ವರ | ವಲಸೆ ವಿವರ ವಲಸೆ ಹೋದ ಅಥವಾ ಬಂದ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ದಿನಾಂಕವನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ | | ಪರಾ ತಾಯಿ, ಶಿಶು ಮರಣ ಮತ್ತು ನಿರ್ಜೀವಜನನಕ್ಕೆ ಕಾರಣಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸಿ |
| ಓಪಿವಿ | ಪೆಂಟಾ ವೆಲೆಂಟ್ | ಐ.ಪಿ.ವಿ-1 | ಓಪಿವಿ | ಪೆಂಟಾ ವೆಲೆಂಟ್ | ಓಪಿವಿ | ಪೆಂಟಾ ವೆಲೆಂಟ್ | ಐ.ಪಿ.ವಿ-2 | | | | ಡಿಪಿಟಿ | ಓಪಿವಿ | | | ಹೋದವರು | ಬಂದವರು | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |

# ಸಮುದಾಯ ಬೇಡಿಕೆ ಪಟ್ಟಿ

ಗರ್ಭಿಣಿ ಮಹಿಳೆಯರ ಅಂದಾಜು ಸಂಖ್ಯೆ: ಆಶಾ ಹೆಸರು: ಕಾರ್ಯಕ್ಷೇತ್ರದ ಹೆಸರು:

| | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | ಚಂದ್ರಮ್ಮ ನಂಜುಂಡಪ್ಪ ಹಾಲಪ್ಪ $A^{+ve}$ | 9 $\frac{9}{10}$ | 808659 12 $\frac{10}{10}$ | 9731918060 | 26 | SC | √ | G2,P1. A0 | 1 | | 30ತಿ | X |
| ಮೂಲ ಮಾಹಿತಿ | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| ಕ್ರ. ಸಂ | ಮಹಿಳೆಯ ಮತ್ತು ಗಂಡನ ಹೆಸರು/ ಬ್ಲಡ್ ಗ್ರೂಪ್ | ಆಶಾ CDL-1 ರಲ್ಲಿ ದಾಖಲಾತಿ ಮಾಡಿಕೊಂಡ ದಿನಾಂಕ | JHA:ಯಿಂದ ನೋಂದಾವಣೆ: ತಾಯಿ ಕಾರ್ಡ್ ಸಂ. ಮತ್ತು ನೀಡಿದ ದಿನಾಂಕ | ದೂರವಾಣಿ ವೈಯಕ್ತಿಕ (ವ), ನೆರೆಹೊರೆ (ನ) | ವಯಸ್ಸು ವರ್ಷ ಗಳಲ್ಲಿ | ಜಾತಿ SC/ST/ ಇತರೆ | BPL ಕಾರ್ಡ್ ಇದ್ದಲ್ಲಿ √, ಇಲ್ಲ X | ಒಟ್ಟು ಗರ್ಭ(G) ಒಟ್ಟು ಹೆರಿಗೆ (P) ಒಟ್ಟು ಗರ್ಭಪಾತಗಳು (O) | ಜೀವಂತ ಮಕ್ಕಳ ಸಂಖ್ಯೆ (L) | | ಕೊನೆಯ ಮಗುವಿನ ವಯಸ್ಸು ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ | ಹಿಂದಿನ ಗರ್ಭ/ ಹೆರಿಗೆ *ಗಂಡಾಂತರ ಹೌದು √, ಇಲ್ಲ X |
| | | | | | | | | | ಗಂಡು | ಹೆಣ್ಣು | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |

# Community Demand List-CDL-1

ಪುಟ ಸಂಖ್ಯೆ :

ಹಳ್ಳಿಯ ಹೆಸರು: ಉಪಕೇಂದ್ರದ ಹೆಸರು: ಕೋಡ್:

| | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| $18\frac{5}{10}$ | $25\frac{2}{11}$ | 3 | $9\frac{10}{10}$PHC | $6\frac{1}{10}$PHC | $3\frac{2}{11}$PHC | | $6\frac{10}{10}$ | $8\frac{11}{10}$ | | $30, 6\frac{10}{10}$ | $30, 8\frac{11}{10}$ | $40, 10\frac{12}{11}$ | X |
| ಗರ್ಭಿಣಿ ವಿವರಗಳು | | | | | | | | | | | | | |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| L.M.P. ಕೊನೆಯ ಮುಟ್ಟಿನ ಮೊದಲನೆ ದಿನ | E.D.D. ಎಲ್.ಎಮ್.ಪಿ. +7 ದಿನ +9 ತಿಂಗಳು (ದಿನಾಂಕ) | ಎಷ್ಟನೇ ತಿಂಗಳು (ನೋಂದಣಿ ಯಾದ ದಿನಾಂಕದಂದು) | ಗರ್ಭಿಣಿಯರ ತಪಾಸಣೆಗಳು ದಿನಾಂಕ ಮತ್ತು ಸೇವೆ ಪಡೆದ ಸಂಸ್ಥೆಗಳು → ಪ್ರಾ.ಆ.ಕೇ/ಖಾಸಗಿ/ ಇತರೆ ಸರ್ಕಾರಿ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರ | | | | ಟಿ.ಟಿ. ಲಸಿಕೆ | | | ಕಬ್ಬಿಣಾಂಶ ಮಾತ್ರೆ ಪಡೆದ ಸಂಖ್ಯೆಗಳು ಹಾಗೂ ದಿನಾಂಕ | | | ಗಂಡಾಂತರ ಚಿನ್ಹೆಗಳು ಹೌದು √ ಇಲ್ಲ x (ವಿವರಕ್ಕೆ ಮಾರ್ಗಸೂಚಿ ನೋಡಿ) |
| | | | 1ನೇ ತಪಾಸಣೆ | 2ನೇ ತಪಾಸಣೆ | 3ನೇ ತಪಾಸಣೆ | 4ನೇ ತಪಾಸಣೆ ಗಂಡಾಂತರ ಗರ್ಭಿಣಿಯರಿಗೆ | 1ನೇ ಡೋಸ್ ದಿನಾಂಕ | 2ನೇ ಡೋಸ್ ದಿನಾಂಕ | ಬೂಸ್ಟರ್ ಡೋಸ್ ದಿನಾಂಕ | 1ನೇ ಭೇಟಿ | 2ನೇ ಭೇಟಿ | 3ನೇ ಭೇಟಿ | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |

ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರದ ಹೆಸರು: ಕೋಡ್: ತಾಲ್ಲೂಕು:

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | Private 28 2/11 | ಸಹಜ | Gowri (F) | 2800 | 3 3/11 | 7 3/11 | 14 3/11 | 21 3/11 | 28 3/11 | 6 4/11 | X | √ | 28 2/11 | | |

ಬಾಣಂತಿಯ ವಿವರಗಳು

| 28 | 29 | 30 | 31 | 32 | 33 | 34 | 35 | 36 | 37 | 38 | 39 | 40 | 41 | 42 | 43 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | ಬಾಣಂತಿಯ ತಪಾಸಣೆ (ಹೆಚ್.ಬಿ.ಎನ್.ಸಿ ಮಾರ್ಗಸೂಚಿ ಪ್ರಕಾರ) | | | | | | ಕುಟುಂಬ ಕಲ್ಯಾಣ ಯೋಜನೆ | | | 0 ಡೋಸ್ | |
| ಕ್ರ ಸಂ | ಹೆರಿಗೆಯಾದ ದಿನಾಂಕ & ಸ್ಥಳ ಪ್ರಾ.ಆ.ಕೇ/ ಖಾಸಗಿ/ ಇತರೆ ಸರ್ಕಾರಿ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರ | ಹೆರಿಗೆಯಾದ ರೀತಿ ಸಹಜ, ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆ, ಉಪಕರಣ | ಮಗುವಿನ ಹೆಸರು ಮತ್ತು ಲಿಂಗ | ಹುಟ್ಟಿದಾಗ ತೂಕ ಗ್ರಾಂ.ಗಳಲ್ಲಿ ಬರೆಯಿರಿ | 3 | 7 | 14 | 21 | 28 | 42 | ತಾತ್ಕಾಲಿಕ ಹೌದು √, ಇಲ್ಲ X | ಶಾಶ್ವತ ಹೌದು √, ಇಲ್ಲ X | ಬಿ.ಸಿ.ಜಿ. | ಓಪಿವಿ | ಹೆಪ್ ಬಿ |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |

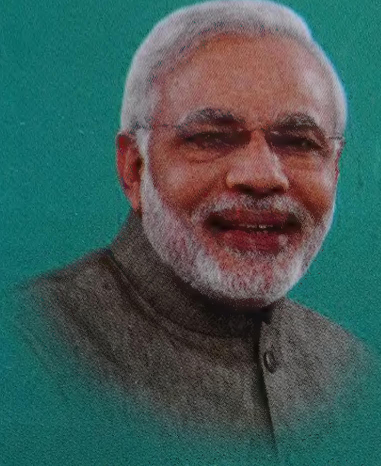
| ಕೋಡ್: | | | | | | | | | | | ಜಿಲ್ಲೆ: | | | | ಕೋಡ್: | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| $13\frac{4}{11}$ | | | $13\frac{5}{11}$ | | $13\frac{6}{11}$ | | | $10\frac{12}{11}$ | | $10\frac{12}{11}$ | $20\frac{9}{12}$ | | | $8\frac{1}{11}$ | $30\frac{4}{11}$ | $30\frac{4}{11}$ | |
| ಮಗುವಿನ ಲಸಿಕಾ ವಿವರಗಳು | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 44 | 45 | 46 | 47 | 48 | 49 | 50 | 51 | 52 | 53 | 54 | 55 | 56 | 57 | 58 | 59 | 60 | 61 |
| 1ನೇ ಡೋಸ್ | | | 2ನೇ ಡೋಸ್ | | 3ನೇ ಡೋಸ್ | | | 1 ನೇ ದಡಾರ ರುಬೆಲ್ಲಾ | ವಿಟಮಿನ್ (A) | ಮೆದುಳು ಜ್ವರ (ಜೆ.ಇ.) | ಬೂಸ್ಟರ್ ಡೋಸ್ | | 2 ನೇ ದಡಾರ ರುಬೆಲ್ಲಾ | 2 ನೇ ಮೆದುಳು ಜ್ವರ | ವಲಸೆ ವಿವರ ವಲಸೆ ಹೋದ ಅಥವಾ ಬಂದ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ದಿನಾಂಕವನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ | | ಷರಾ ತಾಯಿ, ಶಿಶು ಮರಣ ಮತ್ತು ನಿರ್ಜೀವಜನನಕ್ಕೆ ಕಾರಣಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸಿ. |
| ಓಪಿವಿ | ಪೆಂಟಾ ವೆಲೆಂಟ್ | ಐ.ಪಿ.ವಿ-1 | ಓಪಿವಿ | ಪೆಂಟಾ ವೆಲೆಂಟ್ | ಓಪಿವಿ | ಪೆಂಟಾ ವೆಲೆಂಟ್ | ಐ.ಪಿ.ವಿ-2 | | | | ಡಿಪಿಟಿ | ಓಪಿವಿ | | | ಹೋದವರು | ಬಂದವರು | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |

# ಪ್ರಮುಖ ಮಾಹಿತಿಗಳು/ಟಿಪ್ಪಣೆ

## ನಿರೀಕ್ಷಿತ ಹೆರಿಗೆ ದಿನಾಂಕ (EDD) ಲೆಕ್ಕ ಮಾಡುವ ಕೋಷ್ಟಕ

ಈ ಪಟ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ನಿಮಗೆ ಸುಲಭವಾಗಿ ಹೆರಿಗೆ ದಿನಾಂಕ ಲೆಕ್ಕಮಾಡಲು ಆಗುತ್ತದೆ. ಮೊದಲು ಬಿಳಿ ಸಾಲಿನಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಕೊನೆಯ ಮುಟ್ಟಿನ ದಿನಾಂಕವಾಗಿದ್ದಲ್ಲಿ ಅದರ ಕೆಳಗಿರುವ ದಿನಾಂಕ ಹೆರಿಗೆ ದಿನಾಂಕವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಇದು ಎಂಟು ದಿವಸ ಮೊದಲು ಅಥವಾ ನಂತರವಾಗಿರಬಹುದು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ನಿಮ್ಮ ಕೊನೆಯ ಮುಟ್ಟಿನ ದಿನಾಂಕ ಜನವರಿ 1 ಆಗಿದ್ದರೆ ಹೆರಿಗೆ ದಿನಾಂಕ ಅಕ್ಟೋಬರ್ 8 ಆಗಿರುತ್ತದೆ. ಅಥವ ಅದಕ್ಕಿಂತ 8 ದಿವಸ ಆಸುಪಾಸು ಇರುತ್ತದೆ.

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ಜನವರಿ | LMP | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | LMP | ಜನವರಿ |
| ಅಕ್ಟೋಬರ್ | EDD | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | EDD | ನವಂಬರ್ |
| ಫೆಬ್ರವರಿ | LMP | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | | | | LMP | ಫೆಬ್ರವರಿ |
| ನವಂಬರ್ | EDD | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | | | | EDD | ಡಿಸೆಂಬರ್ |
| ಮಾರ್ಚ್ | LMP | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | LMP | ಮಾರ್ಚ್ |
| ಡಿಸೆಂಬರ್ | EDD | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | EDD | ಜನವರಿ. |
| ಏಪ್ರಿಲ್ | LMP | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | | LMP | ಏಪ್ರಿಲ್ |
| ಜನವರಿ | EDD | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | 1 | 2 | 3 | 4 | | EDD | ಫೆಬ್ರವರಿ |
| ಮೇ | LMP | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | LMP | ಮೇ |
| ಫೆಬ್ರವರಿ | EDD | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | EDD | ಮಾರ್ಚ್ |
| ಜೂನ್ | LMP | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | | LMP | ಜೂನ್ |
| ಮಾರ್ಚ್ | EDD | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 6 | EDD | ಏಪ್ರಿಲ್ |
| ಜುಲೈ | LMP | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | LMP | ಜುಲೈ |
| ಏಪ್ರಿಲ್ | EDD | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | EDD | ಮೇ |
| ಆಗಸ್ಟ್ | LMP | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | LMP | ಆಗಸ್ಟ್ |
| ಮೇ | EDD | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | EDD | ಜೂನ್ |
| ಸೆಪ್ಟಂಬರ್ | LMP | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | | LMP | ಸೆಪ್ಟಂಬರ್ |
| ಜೂನ್ | EDD | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | | EDD | ಜುಲೈ |
| ಅಕ್ಟೋಬರ್ | LMP | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | LMP | ಅಕ್ಟೋಬರ್ |
| ಜುಲೈ | EDD | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | EDD | ಆಗಸ್ಟ್ |
| ನವಂಬರ್ | LMP | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | | LMP | ನವಂಬರ್ |
| ಆಗಸ್ಟ್ | EDD | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | | EDD | ಸೆಪ್ಟಂಬರ್ |
| ಡಿಸೆಂಬರ್ | LMP | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | LMP | ಡಿಸೆಂಬರ್ |
| ಸೆಪ್ಟಂಬರ್ | EDD | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | EDD | ಅಕ್ಟೋಬರ್ |



**ಶ್ರೀ ನರೇಂದ್ರ ಮೋದಿ**
ಸನ್ಮಾನ್ಯ ಪ್ರಧಾನ ಮಂತ್ರಿಗಳು







**ಶ್ರೀ ಸಿದ್ಧರಾಮಯ್ಯ**
ಸನ್ಮಾನ್ಯ ಮುಖ್ಯಮಂತ್ರಿಗಳು

# ಪ್ರಧಾನಮಂತ್ರಿ ಸುರಕ್ಷಿತ ಮಾತೃತ್ವ ಅಭಿಯಾನ

## ಪ್ರತಿ ತಿಂಗಳು 9 ನೇ ದಿನಾಂಕದಂದು

**ಎಲ್ಲಾ ಸರ್ಕಾರಿ ಆರೋಗ್ಯ ಸಂಸ್ಥೆಗಳಲ್ಲಿ ಉಚಿತವಾಗಿ ಸೌಲಭ್ಯಗಳು ಲಭ್ಯ**





ಎಲ್ಲಾ ಗರ್ಭಿಣಿ ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ
ವಿಶೇಷ ಆರೈಕೆ ನಿರಂತರ
ಹೆಚ್ಚುವರಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ತಪಾಸಣೆ

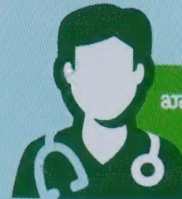
ವೈದ್ಯರಿಂದ
ಗರ್ಭಿಣಿಯರ
ತಪಾಸಣೆ








ಗಂಡಾಂತರ
ಗರ್ಭಿಣಿಯರನ್ನು
ಗುರುತಿಸಿ
ಸೇವೆ ನೀಡಲಾಗುವುದು



ಖಾಸಗಿ ವೈದ್ಯರುಗಳು ಈ ಅಭಿಯಾನದಲ್ಲಿ
ಸ್ವಯಂ ಪ್ರೇರಿತವಾಗಿ
ಕೈಜೋಡಿಸಲು ವಿನಂತಿ

**ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಾಹಿತಿಗಾಗಿ ಹತ್ತಿರದ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರಗಳನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ**